



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

<b>Work:</b>	W1PD83960	<b>ImageGroup:</b>	I1PD84601
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	9787540936006

<b>Title:</b>	གསུན་ཅུ་འབུམ། ཤེས་བྱ་ཀུན་རིག། gsunh 'bum/ shes bya kun rig
<b>Author:</b>	ཤེས་བྱ་ཀུན་རིག། shes bya kun rig
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	gangs ljongs rgyal rong mkhas chen rnam kyis gsung 'bum phyogs bsgrigs;n/a
<b>Place:</b>	khren tu'u
<b>Publisher:</b>	si khron dpe skrun tshogs pa/ si khron mi rigs dpe skrun khang
<b>Date:</b>	2008
<b>Volume:</b>	8
<b>Total Volumes:</b>	10
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 2009







# རོང་སྟོན་གསུང་འབུམ།

བཤེཀ་ལ་མཆོལ་མེལ་གྱི་པའཛུགས་པ།



སེཾྱོན་དཔེ་སྟོན་ཚུགས་པ།

སེཾྱོན་མི་རིགས་དཔེ་སྟོན་ཁང་།







མདོ་ཁམས་ཀྱི་ལོ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་མོ་འཁྲུངས་ཤིང་། ། དངུལ་གཙང་ཆོས་ཀྱི་ཁྱིའི་རྩ་ལོ་ལྷ་།  
 མཚན་མོ་ཤིང་ཤིང་བྱ་ལྷ་རྒྱ་ལྷ་མོ་འཁྲུངས་ཤིང་། ། རྒྱ་ལྷ་མོ་འཁྲུངས་ཤིང་ལྷ་མོ་འཁྲུངས་ཤིང་། །





དཀར་ཆག

ཆོས་མཛོན་པ་མཛོན་གྱི་རྣམ་བཤད་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ཞེས་བྱ་བ། .....	༡
མཛོན་བཛོན་དང་ལྷེད་གཞི། .....	༡
དང་པོ་མཆན་རོས་བཟུང་ཞིང་བཟུར་བ། .....	༣
གཉིས་པ་གཞུང་གི་ཆོག་རྟོན་བཤད་བ། .....	༣
མཛོན་པར་བཛོན་པ་བཤད་བ། .....	༣
བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བཤད་བ། .....	༤
དཤོས་ཆེད་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༥
བརྟན་བཙོས་གྱི་ལྷན་བཤད་བ། .....	༤
ལྷན་མཛོར་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༤
ལྷན་རྒྱས་པར་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༦
གནས་དང་པོ་ཁམས་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༦
གནས་གཉིས་པ་དབང་པོ་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༤༠
གནས་གསུམ་པ་འཛིག་རྟོན་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༦༥
གནས་བཞི་པ་ལས་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༡༤༥
གནས་ལྔ་པ་ལྟ་རྒྱས་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༢༣༡
གནས་རྒྱག་པ་ལས་དང་གང་ཟག་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༢༤༥
གནས་བརྟན་པ་ཤེ་ཤེས་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༣༡༤
གནས་བརྟན་པ་རྟོགས་འཁྱག་བརྟན་པ་བཤད་བ། .....	༣༤༡
གསུམ་པ་བརྟན་བཙོས་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྟོན་བཤད་བ། .....	༣༧༥
མཁུག་བྱང་རྩོད་ཆོག་ .....	༣༧༤
ཕྱི་ཤིང་དང་པོ་འཛིན་པ་ཞི་རྒྱལ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ། .....	༣༧༦





མཆོད་བཟླ་དང་སྤྱོད་གཞི།	311
དང་པོ་མཆན་བསྐྱར་ཅིང་བཤད་པ།	310
གཉིས་པ་བཤད་བྱའི་དོན་དངོས་བཤད་པ།	317
བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བསྟན་པ།	317
སྟོམ་པའི་རིམ་པ་དངོས་བཤད་པ།	317
བསྟོམ་བྱའི་གནས་མདོར་བསྟན་པ།	317
བསྟོམ་བྱའི་གནས་སོ་སོར་བཤད་པ།	312
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཆ་བསྟོན་ཆེ་ཆེན་པོ་བསྟན་པ།	312
ཐོག་མར་སྟོན་ཆེ་གཙོ་པོར་བྱ་བར་བསྟན་པ།	312
སྟོན་ཆེ་སྟོམ་པའི་ཐབས་བསྟན་པ།	313
སྟོན་ཆེས་འབབས་པའི་སྟོན་འཁྱག་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྟན་པ།	316
གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ།	312
ཕན་ཡོན་གྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ།	314
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རབ་བྱ་དབྱེ་བ་སྟན་པ།	302
སེམས་བསྟེད་སོ་སོའི་མཆོད་ཉིད་བཤད་པ།	303
སེམས་བསྟེད་ཀྱི་ཆོག་འཁུར་བཤད་པ།	303
སེམས་བསྟེད་ཀྱི་དམིགས་དོན་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་ཀྱང་བསྟན་པ་བསྟན་པ།	304
བསྟེད་པ་ལ་འཁྱག་དགོས་པ་བསྟན་པ།	304
འཁྱག་བྱ་བསྟེད་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ།	304
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྟེད་པའི་བསྟེད་བྱ་སྟེར་བསྟན་པ།	306
བསྟེད་བྱ་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསྟན་པ།	306
བྱང་བྱ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྟོམ་པ་བསྟན་པ།	307





བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ། .....	༥༡
བཤའ་བའི་བཞོན་ནམས་བསྟོ་བ། .....	༥༡༩
མཆུག་བྱང་སྟོན་ཆེན། .....	༥༡༩
སྟོན་མི་བར་པའི་འབྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་ཟླ་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ། .....	༥༡༧
མཆོད་བཟོད་དང་མེད་གཞི། .....	༥༡༧
མཆན་གྱི་དོན་བཤད་པ། .....	༥༡༩
གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ། .....	༥༡༩
དང་མོ་སྟོན་པར་དཔལ་ཅན་བཤད་བསྟན་པ། .....	༥༡༩
གཉིས་པ་སྟོན་པའི་མི་ལ་བཤད་པ། .....	༥༡༩
སྟོན་པ་ལྟར་ལེན་པ་བསྟན་པ། .....	༥༡༩
སྟོན་པའི་ཐབས་བཤད་པ། .....	༥༢༢
སྟོན་ཆེ་སྟོན་པའི་མི་ལ་བཤད་པ། .....	༥༢༢
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་ཆུ་བཤད་པ། .....	༥༢༧
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། .....	༥༢༧
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་པ། .....	༥༢༧
ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ། .....	༥༢༧
དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ། .....	༥༢༢
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་བསྟན་པ། .....	༥༢༩
ནལ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱ་ཉིད་ཏུ་སྐྱབ་པ་བཤད་པ། .....	༥༢༩
ནལ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱ་སྐྱབ་པ་བསྟན་པ། .....	༥༢༩
ནལ་འབྱོར་རྒྱ་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་དོན་བཤད་པ། .....	༥༣༠
ནལ་འབྱོར་རྒྱ་སྐྱབ་པའི་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ། .....	༥༢༩
རྒྱ་ཆོག་ལ་བརྟེན་པ་བཤད་པ། .....	༥༢༩
སྟོན་པའི་མི་ལ་འཇུག་པ་བསྟན་པ། .....	༥༢༩





སྦྱར་བའི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ། .....	༥༧༩
དངོས་གཞིའི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ། .....	༥༧༥
རྗེས་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ། .....	༥༠༥
ཐབས་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ། .....	༥༠༥
ཐབས་ལ་བརྟེན་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ། .....	༥༠༥
དེ་ཤེས་རབ་ལ་སྟོས་པར་བསྟན་པ། .....	༥༡༢
ཟུང་འཇུག་འགྲུབ་པའི་དོན་བསྟན་པ། .....	༥༡༥
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་བསྟན་པ། .....	༥༢༢
གསུམ་པ་བསྒྲིམས་པའི་འབྲས་བྱ་བསྟན་པ། .....	༥༢༥
བཞི་པ་ཆོས་ལྷན་བར་གནས་པ་བསྟན་པ། .....	༥༣༥
ལྷ་པ་བཀའ་བའི་བསྟོན་ནམས་བསྐྱོབ་བསྟན་པ། .....	༥༣༥
མཇུག་བྱང་སྟོན་ཆོག .....	༥༣༥







༄༅། །ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མངོད་བཤེད་དང་སྒྲུབ་གཞི།

མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ཞེས་བྱ་བ།  
ཐུགས་རྗེའི་མཁྱེན་ཡངས་སྟོབས་བརྩེ་སྟོབས་ལྡན་ཞིང་། །མ་ལུས་བདུད་  
སྡེའི་དབྱང་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ། །ཐུན་ཆོགས་དག་གི་སྟོབས་པ་སྦྱོལ་མཛད་  
པ། །ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་གཙུག་གི་འོར་བུས་འདུད། །ཆོགས་གཉིས་དཀྱིལ་  
འཁོར་ཆ་ཤས་ཡོངས་རྫོགས་ཤིང་། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་སྒྲིའི་ཀྱ་མུད་རྒྱས་  
པའི་གཉེན། །མ་ལུས་མཁྱེན་པའི་ལྷ་འོད་རབ་རྒྱས་པ། །ཆོས་མངོན་སྟོན་  
པ་དེ་ལ་ཐུག་འཆཛལ་སོ། །ཆོས་རྒྱན་ཏིང་འཛིན་དེ་མེད་བདུད་ཅིའི་ཆ། །  
མཁྱེན་པའི་ཆུ་འཛིན་རྩལ་པས་ལེགས་བཟུང་ཞིང་། །ཆོས་མངོན་ཤེས་བྱའི་  
པ་རྣམས་འབྱེད་པ། །འབགས་པ་ཐོགས་མེད་སྤྱོད་པའི་ཉི་མར་འདུད། །  
མཁྱེན་པའི་ཆུ་གཏེར་གཏིང་མཐའ་མི་མངོན་ཞིང་། །མད་བྱང་སྟོབས་པའི་  
སྟོག་འོད་རབ་འབྱུག་པ། །གསུང་རབ་སྤྱིན་གྱི་རྩ་སྤྱོད་མངོན་མཐོ་བ། །  
དབྱིག་གཉེན་སྤྱོད་པའི་སྤྱིན་གྱི་དབང་པོར་འདུད། །མང་དུ་ཐོས་པའི་ཆུ་  
གཏེར་འགམ་འོགས་སྤྱ། །ལེགས་བཤད་དག་གི་རྒྱུད་མང་སྤྱོད་མཛད་ཅིང་། །  
མང་དུ་ཐོས་པའི་གཟི་བུ་འོད་སྟོང་ལྡན། །དཔལ་ལྡན་སྤྱོད་པའི་ཆོགས་  
རྣམས་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །མ་ལུས་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱང་བའི་མཆོ། །  
ལེགས་བཤད་འདབ་སྟོང་ཀྱན་ནས་རབ་རྒྱས་ཤིང་། །མཁས་པའི་དེད་





དཔོན་སློ་ཡི་འཇུག་ངོགས་ཆེ། ཆོས་མངོན་མཛོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤད་བཅུ་  
 པར་བྱ། །ལྷག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པའི་ཆོས་མངོན་པ་ལ། ལུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་མངོན་པ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བ། མངོན་པའི་མདོ་སྟོང་ལྷག་བརྒྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ། བཅོམ་ལུན་འདས་  
 ཀྱིས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་སྒྲིགས་བཅ་རུ་མ་ཞིག་སྤང་པོ་ཉི་མའི་དངོས་  
 གུབ་ཀྱིས་བསྐྱེགས་པའི་ལྷག་མ་ཅུང་ཟད་རྟེན་པའི་དོན་བསྐྱེད་ནས་སྟོན་པ།  
 རོགས་མེད་ཀྱིས་ཐེག་བསྐྱེད་ཞེས་བྱ་བ་མཛོད། རིགས་ཅན་གསུམ་ཀུན་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལུན་མོང་གི་ཆོས་མངོན་པ་ནི། དུལ་སྤྲེལ་ཆོགས་སུ་གང་  
 ཟག་སྤྲེལ་ཆོགས་ལ་གསུངས་པའི་སྒྲིགས་བཅ་རུ་མ་ཡོད་པ་འང་། ཉི་མའི་  
 དངོས་གུབ་ཀྱིས་བསྐྱེགས་པའི་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་.....  
 བཟླུབས་པ་ས་ཟླེ་ལྷ་ཡང་མཛོད་དོ། །བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲེལ་བ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་  
 ནི། བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ཟླེ་དང་། འདུལ་བ་བཞིན་རུ། ཕྱོགས་  
 གཅིག་ཏུ་མངོན་པའི་ཟླེ་སྟོང་གསུངས་པ་མེད་ཀྱི། དུལ་སྤྲེལ་ཆོགས་སུ་གང་  
 ཟག་སྤྲེལ་ཆོགས་ལ་ཐོར་བྱར་གསུངས་པ་རྣམས་དག་བཅོམ་པ་བདུན་གྱིས་....  
 བསྐྱེད་ནས་མངོན་པ་ཟླེ་བདུན་ཞེས་བྱ་བ་མཛོད་དོ། །དེ་དག་གི་དགོངས་  
 པ་འགྲེལ་པའི་དོན་རུ་བྱང་ཕྱོགས་རི་པོ་འཕགས་བྱེད་ཀྱི་གར་མཁན་གྱི་.....  
 གཅུག་ལག་ཁང་རུ་དག་བཅོམ་པ་ལྷ་བརྒྱ་འདུས་ནས་བྱེ་བྲག་བཤད་མཛོད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ཤོ་ལོ་ཀ་འབུམ་ཡོད་པ་མཛོད་དོ། །དེའི་དག་གི་དོན་གཅེས་པ་  
 རྣམས་མདོར་བསྐྱེད་ཉེ་སྟོན་པ་ལ། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མངོན་  
 པ་མཛོད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་འདི་མཛོད་དོ། །འདི་ལ་གསུམ་སྟེ། མཚན་དོས་  
 བཟུང་ཞིང་བསྐྱར་བ་དང་། གཞུང་གི་ཆོག་དོན་བཤད་པ་དང་། བསྟན་





བཅོས་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ། །

**དང་པོ་མཚན་ངོས་བཟུང་ཞིང་བསྐྱར་བ།**

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་རིགས་བཞི་ལས་སྤྲི་ཏའི་སྐད་ཏུ། ཨ་ནི་  
ནཱ་ཀོ་ཤ་ཀླ་རི་ཀླ་ཞེས་པ་སྟེ། བོད་སྐད་ཏུ་བསྐྱར་ན། ཨ་ནི་ནི་མངོན་པ།  
ནཱ་ཚེས། ཀོ་ཤ་མངོད། ཀླ་རི་ཀླ་ཚེས་ལེན་ཏུ་བྱས་པའོ། །

**གཉིས་པ་གཞུང་གི་ཆོག་དོན་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མཚོད་པར་བཟོད་པ། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ།  
དགོས་ཆེད་བསྟན་པ། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་བཤད་པའོ། །

**མཚོད་པར་བཟོད་པ་བཤད་པ།**

དང་པོ་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ཞེས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་ལ་ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་  
དོན་མཐོང་བའི་གེགས་སུ་གྱུར་པས་ཐུན་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱིས་མི་སྟེ་བའི་ཆོས་  
ཅན་ཏུ་བྱས་པས་གཏན་བཅོམ་པ་ཡིན་ལ། གང་ཞེས་པ་སྟེ་སྤྲི་ལྡན་  
གཏན་བཅོམ་ཞེས་པའི་སྤྲི་དང་འབྲེལ་བས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ལ་འབྱུག་གོ། །ཉོན་རང་ཡང་ཕྱང་པོ་སོགས་ཀྱན་ལ་ཐུན་པ་བཅོམ་པར་  
འདོད་མོད་ཀྱི་གཏན་ནས་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར། འདིས་སྤངས་པ་  
དངོས་སུ་བསྟན་ནས། རྟོགས་པ་ཤུགས་ལ་འཕངས་ཏེ། སྤངས་པ་ནི་  
རྟོགས་པ་ལ་མི་འབྲལ་བའི་ཕྱིར། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཟོད་ནས།  
གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི་འཁོར་བ་ཉིད་ཏུ་ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པའི་གནས་.....  
དང་བཀལ་དཀའ་བས་འདམ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་དེ་ལས་འགོ་བ་རྣམས་དོན་.....





ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཆོས་སྟོན་པས་དངས་པར་མངོན་པ་སྟེ་དོན་གཉིས་དང་.....  
ལྟན་པའི་སྟོན་པ་དེ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལ། །

### བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཐུག་འཆལ་ནས་བསྟན་བཅས་རབ་རྒྱ་བཤད་པར་  
བྱའོ། །བསྟན་བཅས་གང་ཞེ་ན། ཆོས་མངོན་པ་མངོན་ཅེས་བྱ་བའོ། །ཅིའི་  
ཐུར་བསྟན་བཅས་ཞེས་བྱ་ན། ཟུ་ཉོན་མོངས་པ་ལས་འཆོས་ཤིང་འབྲས་བུ་  
ངན་འགོ་དང་སྲིད་པ་ལས་སྦྱབ་པས་བསྟན་བཅས་ཏེ། རྣམ་བཤད་རིག་པ་  
ལས། ཉོན་མོངས་དག་རྣམས་མ་ལུས་འཆོས་བ་དང་། །ངན་འགོའི་སྲིད་  
ལས་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་གང་། །འཆོས་སྦྱབ་ཡོན་ཏན་ཐུར་ན་བསྟན་བཅས་  
ཏེ། །གཉིས་པོ་འདི་དག་གཞན་གྱི་ལྷགས་ལ་མེད། །ཅིས་སོ། །ཆོས་མངོན་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དོན་དམ་པའི་ཆོས་མངོན་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མ་  
མེད་པ་ཟག་མེད་གྱི་ཤེས་རབ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པའོ། །རྗེས་འབྲང་  
ནི་ཤེས་རབ་དེའི་འཁོར་ཏེ་ཟག་མེད་གྱི་ཡུང་པོ་གཞན་དང་བཅས་ཏེ་.....  
མངོན་པར་བཞིན་ཅེས་པའོ། །དེ་ལ་རྗེས་འབྲང་ནི་མཐོང་སྒྲིམ་མི་སྦྱབ་  
ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་ཟག་མེད་གྱི་སྒྲིམ་གཟུགས་དང་། །ཟག་མེད་གྱི་ཤེས་  
རབ་དང་། ལྟན་ཅིག་པའི་ཆོར་བ་དང་། །འདུ་ཤེས་དང་། །འདུ་བྱེད་སེམས་  
པ་སོགས་དང་། །ཡིད་ཤེས་སོ། །ཆོས་མངོན་པའི་གཙོ་བོ་ཤེས་རབ་ཡིན་པས།  
སྐབས་འདིར་ཡིད་ཤེས་འཁོར་རྒྱ་བྱས་སོ། །ཁྱུ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་  
གྱི་མཆོན་ཉིད་ལ། མངོན་རྒྱ་ཐུགས་པའི་ཐུར་ཆོས་མངོན་པའོ། །བདར་  
བཀྲགས་པའི་ཆོས་མངོན་པ་ནི་དོན་དམ་པའི་མངོན་པ་དེ་ཐོབ་པར་བྱ་.....  
བའི་ཐུར་རྒྱ་ཐུགས་པའི་ཟག་བཅས་གྱི་ཤེས་རབ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་





གང་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་དང་སྤྱི་འཆོན་ཉིད་སྟོན་པའི་  
 བསྟན་བཅས་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་འདོད་པ་ན་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་  
 ཡོད་ཅིང་སྒྲིམ་བྱུང་མེད། གཞུགས་ཁམས་ན་ཐོས་བྱུང་དང་སྒྲིམ་བྱུང་གི་  
 ཤེས་རབ་ཡོད་ཅིང་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་མེད། གཞུགས་མེད་ན་སྒྲིམ་  
 བྱུང་ཡོད་ཀྱི། གཞན་གཉིས་ཀ་མེད་དོ། །སྤྱི་ཐོབ་ནི་ཁམས་གསུམ་ཆར་ན་  
 ཡོད། ཐོས་བསམ་གཉིས་དང་སྤྱི་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་ནི་ས་གང་ན་ཡོད་  
 ཀྱང་སྤང་པོ་བཞི་པ་ཅན་ཡིན་ལ། སྒྲིམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་གཞུགས་ན་  
 བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིམ་གཞུགས་དང་བཅས་པས་སྤང་པོ་ལྷ་པ་ཡིན།  
 གཞུགས་མེད་ན་གཞུགས་མེད་པས་སྤང་པོ་བཞི་པ་ཅན་ལོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 མངོད་ཅེས་བྱ་ཞིན། གཞུང་འདིར་མངོན་པ་ཤེ་བརྟན་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 དག་གི་དོན་གཅེས་པ་རྣམས་བཟོད་བྱའི་དོན་ཏུ་ཡང་དག་པར་ཆུད་པའི་...  
 ཕྱིར་འདི་ཆོས་མངོན་པ་དེའི་མངོད་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་  
 ཆོས་མངོན་པ་དེ་ལས་འདི་སྤང་བས་འདིའི་གནས་ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་...  
 དེ་ཡིན་པས་འདི་ལ་འང་ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ཅེས་བྱ་སྟེ། རྟེན་གྱི་མིང་  
 བརྟེན་པ་ལ་བཏགས་པའོ། །

### དགོས་ཆེད་བསྟན་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དགོས་ཆེད་བསྟན་པ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་ཆོས་མངོན་པ་བསྟན་ཅེན།  
 ཆོས་རྣམས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་མེད་པར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
 ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཐབས་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་ནི་མ་རིག་པའི་རྩ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉོན་མོངས་པ་མ་ཞིན་  
 ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེན། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལས་བསགས་ནས་





འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་འདིར་རང་དབང་མེད་པར་.....  
 འབྲམས་ཏེ་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྲོ་ཚོགས་ཉམས་སྤྱོད་བར་འཇུར་བ་དེ་བས་ན་....  
 ཉན་མོངས་ཞི་པའི་ཐབས་ཚོས་རབ་རྒྱ་རྣམས་འབྱེད་བསྟན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཚོས་  
 མངོན་པ་བསྟན་ཏོ། །དང་པོ་ཉིད་རྒྱ་གང་གིས་གསུངས་ཤེ་ན། འདི་ནི་  
 དང་པོ་སྟོན་པས་གསུངས་ནས་དགྲ་བཅོམ་པ་བདུན་གྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆེད་རྒྱ་བརྗོད་པའི་ཚོམས་བཞིན་ནོ། ཞེས་འདོད་དོ་ལོ། ཇི་སྐད་རྒྱ་ ཡེ་  
 ཤེས་ལས་འཇུག་ཀ་ཏའི་བྱས། རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་དབྱིག་བཤེས་གྱིས། རྣམ་  
 ཤེས་ཚོགས་ནི་ལྷ་སྦྱིད་གྱིས། ཚོས་གྱི་སྤང་པོ་ཤུ་རིའི་བྱས། གདགས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་མེད་འགལ་བྱས། འགྲོ་བའི་རྣམ་གངས་གསུས་པོ་ཆེས། །  
 ཁམས་གྱི་ཚོགས་ནི་གང་པོས་བསྐྱུས། ཞེས་སོ། ཁོ་ཞེས་པ་ནི་མ་རངས་  
 པའི་ཚོགས་སྟེ། མངོན་པ་སྤེ་བདུན་ལ་འབྲལ་པ་རྒྱ་མ་སྤང་བས། སྟོན་པའི་  
 བཀའ་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ཁོ་ན་སྟོན་པའི་བཀའ་ལ་སྤེ་སྤྲོད་གསུམ་  
 མ་ཚང་བར་འཇུར་རོ་སྟུམ་ན། མི་འཇུར་ཏེ། མདོ་སྤེ་དང་འདུལ་བ་ནས་  
 ཚོས་རྣམས་གྱི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པ་རྣམས་མངོན་པ་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་སྟོབ་....  
 དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་འདོད་དོ། །

### བསྟན་བཅོས་གྱི་ལྷས་བཤད་པ།

བཞི་པ་བསྟན་བཅོས་གྱི་ལྷས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་  
 དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལོ། །

### ལྷས་མདོར་བསྟན་པ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། ཚོས་མངོན་པས་རབ་རྒྱ་བྱེ་བར་བྱ་བའི་ཚོས་རྣམས་གང་ཞེ་  
 ན། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚོས་རྣམས་ཏེ་འདི་





གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཆོས་ཟག་པ་དང་བཅས་  
 པ་གང་ཞེ་ན། ལམ་བདེན་མ་གཏོགས་པའི་འདུས་བྱས་རྣམས་ནི་ཟག་  
 བཅས་ཞེས་བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་རྣམས་ལས་ཟག་པ་རྣམས་  
 དམིགས་པ་འཕམ་མཚུངས་ལྟར་གྱི་སྣོན་ས་རྒྱས་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར།  
 འགོག་ལམ་ལ་དངོས་སུ་ལོག་ཞུགས་ཀྱིས་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་ཀྱང་དེ་ལ་  
 དམིགས་པའི་སྣོན་ས་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཆོས་ཟག་མེད་རྣམས་གང་ཞེ་ན།  
 ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་རྣམ་པ་གསུམ་ཡང་ཡིན་ནོ། ། གསུམ་  
 གང་ཞེ་ན། རྣམ་མཁའ་དང་འགོག་པ་གཉིས་ཏེ། སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་  
 དང་སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པའོ། ། འདི་དག་ནི་ཟག་མེད་ཡིན་ཏེ།  
 ཟག་པ་རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདུས་མ་བྱས་གསུམ་པོ་དེ་ལ་རྣམ་  
 མཁའ་ནི། གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་འགག་སོགས་གང་ལ་ཡང་མི་སྐྱིབ་པ་གོ་  
 འབྱེད་པའི་ཆོས་སོ། ། རྣམ་མཁའ་མེད་ན་སྐྱེ་འགག་དང་འགོ་འདུག་སོགས་  
 གྱི་གོ་སྐབས་མི་རྟོག་ལ། འདི་ཡོད་པས་སྐྱེ་འགག་དང་འགོ་འདུག་སོགས་  
 གྱི་གོ་རྟོག་པ་ནི་གོ་འབྱེད་པའི་དོན་ནོ། ། གལ་ཏེ་གཟུགས་ཅན་གཅིག་གི་གོ་  
 ས་ན་རྣམ་མཁའ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་གཟུགས་ཅན་གཞན་འདུག་པའི་  
 གོ་མི་རྟོག་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན། གལ་ཏེ་མེད་ན་དང་པོར་སྐྱེ་བའི་གོ་མི་རྟོག་དོ་  
 ཞེ་ན། རྣམ་མཁའ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ན་ཡོད་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱིས་གོ་བ་གས་  
 པ་ཡིན་གྱི། རྣམ་མཁའ་གོ་མ་བྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། གལ་ཏེ་སེམས་དང་སེམས་  
 བྱང་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་མཁའ་ཐལ། གཟུགས་ཅན་ལ་མི་སྐྱིབ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 རྣལ་འབྱོར་པ་མཐུ་ལྟར་གྱི་སེམས་སེམས་བྱང་གིས་གཞན་གྱི་བྱེད་པ་འདུག་  
 པ་འགོག་པར་མཐོང་བས་མི་སྐྱིབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། སོ་སོར་བརྟགས་པའི་





འགོག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་གང་དང་བྲལ་བའོ། །བདེན་པ་བཞིའི་  
 རྣམ་པ་ལ་སོ་སོར་རྟག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་  
 བས་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་སྟེ། བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བྱས་  
 པའོ། །དཔེར་ན། བ་ཡང་དང་ལྷན་པའི་ཤིང་རྩ་ལ་བ་ཡང་གི་ཤིང་རྩ་ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །ཅི་ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་གཅིག་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སོ་སོ་སོ་སོ་ཡིན་ཏེ་ལྷན་པའི་ཟུག་རྣམས་ཇི་སྟེད་པ་  
 ལ་བྲལ་བའི་ཟུག་རྣམས་ཀྱང་དེ་སྟེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་དུ་ན། རྩག་  
 བསྐལ་མཐོང་སྤང་གི་འགོག་པ་སྟོན་དུ་བྱས་པའི་ཆེ། ཀུན་འབྱུང་མཐོང་  
 སྤང་གི་འགོག་པ་ཡང་མངོན་དུ་བྱས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་ལམ་ལྷག་མ་  
 བསྟོན་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་ནི་  
 སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་ལས་གཞན་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མིན་པས་ཐོབ་པའི་  
 འགོག་པ་སྟེ། འདུས་བྱས་གྱི་ཆོས་མ་འོངས་པ་སྟེ་བ་ལ་གཏན་དུ་གཤམ་  
 བྱེད་པའོ། །འོ་ན་འགོག་པའི་སྟོན་པ་འདུག་ཀྱང་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་  
 པར་ཐལ། སེམས་སེམས་བྱུང་མ་འོངས་པ་སྟེ་བ་ལ་གཤམ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། དེ་ཞིག་སྟེ་བ་ལ་གཤམ་བྱེད་གྱི་གཏན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ། འགོག་སྟོན་པ་  
 ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་སེམས་སེམས་བྱུང་སྟེ་བའི་ཕྱིར། རི་བོང་རྩའི་སོ་སོར་  
 བརྟགས་མིན་འགོག་པ་ཡང་ཡོད་པར་ཐལ། གཏན་དུ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེ་ན། རྩ་རྩེན་ཆོང་ན་སྟེ་རུང་དུ་ཡོད་པ་ལས་རྩ་རྩེན་མ་ཆོང་བས་གཏན་དུ་  
 སྟེ་བ་མེད་པ་ལ་འདོད་དགོས་ལ། རི་བོང་གི་རྩ་ལ་རྩ་རྩེན་ཆོང་མ་ཆོང་གི་  
 རྩ་ཟག་གིས་སྟེ་མི་སྟེ་བཞག་དུ་མེད་དོ། །འོ་པོ་གང་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་ལ་  
 ལར་གཟུགས་གཞན་ལ་བལྟ་བུ་ཞིང་ཡོངས་པ་ན་བྱ་རོག་དུ་སྤང་བའི་.....







མིག་ཤེས་མི་སྐྱེ་བ་སྟེ། བྱ་རོག་སྤང་རུང་རུ་ཡོད་པ་ན་བལྟ་འདོད་མེད་ལ།  
 བལྟ་འདོད་ཡོད་རུས་དེ་སྟུགས་གཞན་རུ་སོང་བ་ན། བྱ་རོག་ལ་ལྟ་བའི་རྒྱ་  
 རྒྱུན་མ་ཆོང་བས། བྱ་རོག་ལ་ལྟ་བའི་མིག་ཤེས་མི་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་  
 བསམ་གཏན་ས་རྒྱག་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་རུང་རུ་ཡོད་པ་ལ།  
 ཉེར་བསྟུགས་ལ་བརྟེན་པའི་མཐོང་ལམ་སྐྱེས་པའི་ཆོ། ས་གཞན་ལ་བརྟེན་  
 པའི་མཐོང་ལམ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་རུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གང་ཟག་གཅིག་  
 གི་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་ལན་རུ་མ་སྐྱེ་བ་ནི་མེད་ལ། གཅིག་ནི་ཉེར་བསྟུགས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

### ཤེས་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གནས་བརྒྱད་ཀྱིས་སྟོན་པའི་དོན་  
 བརྒྱད་ལས།

### གནས་དང་མོ་ཁམས་བསྟན་པ་བཤད་པ།

དང་པོ་ཁམས་བསྟན་པའི་གནས་ཀྱི་དོན་ལ་བཞི་སྟེ། འདུས་བྱས་ཀྱི་  
 རྣམ་བཤད། །སྤང་ཁམས་སྐྱེ་མཆོད་ཀྱི་རྣམ་བཤད། །ཆོས་གསུམ་གྱིས་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱེས་པར་བསྟན་པ། ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པའི་རབ་དབྱེའོ། །དང་པོ་ནི།  
 ལམ་མ་གཏོགས་པའི་འདུས་བྱས་རྣམས་ཞེས་གསུམ་པའི་འདུས་བྱས་དེ་.....  
 དག་གང་ཞིན། འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་བུ་དེ་དག་སྟེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་འདུས་ནས་བྱས་པའི་  
 ཕྱིར། གལ་ཏེ་གཟུགས་ཀྱང་ཡིན་ལ་སྤང་པོ་ཡང་ཡིན་པས། གཟུགས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ཡིན་ནམ། གཟུགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤང་པོ་ཡིན་པས་གཟུགས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་གཟུགས་རེ་རེ་བ་རྣམས་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་





པར་ཐལ། གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྤང་པོ་གཞན་བཞི་ཡང་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་གཞུགས་སྤང་ཡིན་ནོ་ཞེན། རེ་རེ་བ་ལ་སྤང་པོའི་  
 རྟོན་མེད་དེ། སྤང་པོའི་རྟོན་རྩ་མ་སྤངས་པ་ལ་བཤད་པས་སོ། ། བྱིམ་ལྟར་  
 བ། གཞུགས་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་མེད་ན། ཇི་ལྟར་  
 འབྲེལ་པ་བརྗོད་ཅིན། རྩལ་ཡན་གར་བ་རེ་རེར་གནས་པ་ནི་མེད་ལ། ཟླ་  
 དང་བཅས་པ་ལ་སྤང་པོའི་སྒྲ་འབྲུག་སྟེ། མི་རེ་རེ་བ་དམག་མ་ཡིན་ཀྱང་ཟླ་  
 དང་བཅས་པ་ལ་དམག་མི་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། ། བྱིམ་ལྟར་ཡང་  
 འགལ་བ་མེད་དེ། གཞུགས་སུ་གྱུབ་པའི་ལུས་ཤེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། ། འདུས་  
 བྱས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་མིང་གི་ནམ་གངས་ལ། སོང་བ་དང་། འགྲོ་བ་དང་།  
 འགྲོ་བར་འགྱུར་བས་སམ། མི་རྟག་པས་ཟ་བས་རྩས་དང་། རྟོན་དང་  
 བཅས་པའི་གཏམ་ནི་དག་ཡིན་ལ། གཞི་ནི་མིང་སྟེ། དེ་དང་བཅས་པས་ན་  
 གཏམ་གཞི་ཞེས་བྱའོ། ། འདུས་མ་བྱས་ནི་རྩས་སུ་མ་གཏོགས་པས་རྩས་  
 དང་འབྲེལ་བའི་མིང་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རམ། གཏམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་  
 མ་ཡིན་པས་གཏམ་གྱི་བརྗོད་པ་ཉུང་བའི་ཕྱིར་གཏམ་གཞིར་མ་སྒྲིབ་སོ། །  
 ལམ་བཤེན་ཡང་གོང་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལྷག་མེད་ཡོད་པས་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བ་དང་བཅས་པར་བྱ་ན། གཞན་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲིབ། གཞི་དང་  
 བཅས་པ་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པའོ། ། མདོ་སྣེ་པ་ནི། གཞི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་འདོད་  
 ལ། གསུང་རབ་རྩ་གཞི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། དམིགས་པ་དང་། ཀུན་རྩ་  
 རྒྱར་བར་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་དང་ཡོངས་སུ་གཞུང་བ་སྟེ། རྟོན་ལྡ་ལ་འབྲུག་  
 པར་བཤད་དོ། ། ཡང་འདུས་བྱས་གང་དག་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་  
 ལ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ཞེས་པའང་འདོགས་ཏེ། འདིར་ཉེ་བར་ལེན་





པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཏེ། ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་བྱང་བས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་  
 སྤང་པོའོ། །དཔེར་ན་རྩ་དང་སོག་མ་ལས་བྱང་བའི་མེ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་  
 ཉེར་ལེན་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་མི་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་ཉེར་  
 ལེན་འབྱུང་བའི་དོན་གྱིས་ཏེ། མེ་ཏོག་འབྱུང་བའི་ཤིང་ལ་མེ་ཏོག་གི་ཤིང་  
 ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །མངོན་པ་གོང་མ་ལྟར་འདུན་པ་དང་འདོད་ཆགས་ཁོ་  
 ན་ཉེར་ལེན་དུ་བཤད་ནས། ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་ལྡན་པས་ཉེ་བར་ལེན་  
 པའི་སྤང་པོ་ཞེས་འདོགས་སོ། །འཐབ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་  
 དང་བཅས་པས་ཟག་བཅས་དེ་དག་ལ་འཐབ་བཅས་ཤེས་ཀྱང་བྱའོ། །  
 འཕགས་པ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པས་སྤྱག་བསྐལ་ལོ། །སྤྱག་བསྐལ་ཀྱན་  
 འབྱུང་བས་ཀྱན་འབྱུང་ངོ་། །ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྦྱེ་འཇིག་བྱེད་  
 པས་འཇིག་རྟེན་ནོ། །ལྟ་བ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བས་ལྟ་བའི་གནས་སོ། །ཡང་  
 སྲིད་པར་འབྱུང་བས་སྲིད་པའང་ཟག་བཅས་དེ་དག་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 སྤང་ཁམས་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ་བཞི་ཤི། སྤང་ཁམས་སྦྱེ་མཆེད་སོ་  
 སའི་རང་བཞིན། སྦྱ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཆོན། ཆོས་གསུམ་བསྟན་པའི་དགོས་  
 པ། ཆོས་གསུམ་གྱི་གོ་རིམ་མོ། །དང་པོ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་ནི། གཞུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དག་གང་ཞེ་ན། གཞུགས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ནི་མིག་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་དང་། གཞུགས་སོགས་དོན་ལྟ་དང་  
 རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་ལ། དབང་པོ་ལྟ་ནི་གཞུགས་སོགས་དོན་ལྟ་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་  
 ཅན་ནམ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྟ་པོ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་  
 ཀྱི་རྟེན་གཞུགས་དྲུང་བའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ནི་མིག་སོགས་དབང་པོ་ལྟའི་





ངོ་པོ་ཡིན་ལ། དྲང་བ་ཞེས་པ་ནི། རྩ་དྲངས་པ་ལ་གཟུགས་བརྟན་འཆར་  
 བ་ལྟར་ལུལ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བས་སོ། །མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 རྟེན་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ནི། འབྲས་བུ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་གྱི་ཕྱེ་  
 བྲག་འབྱེད་པའོ། །དོན་ལྡན་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་གཟུགས་ལ་མཚན་ཉིད་ནི།  
 རེག་པས་གནོད་པ་བྱར་བྱང་བའོ། །དེའི་དོན་ནི། རེག་པ་འཕ་བཅད་པས་  
 རྩུན་གྱི་བྱང་པར་གཞན་ཏུ་འགྱུར་བའོ། །འདྲོད་ཁམས་ཀྱི་གཟུགས་ལ་ནི་  
 རེག་པས་རྩུན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་གནོད་པ་ཡོད་ལ། བསམ་གཏན་དང་  
 པོ་གསུམ་གྱི་སྤོང་གྱི་གཟུགས་ལ་ནི་མེ་ཆུ་རྩུང་གསུམ་གྱི་གནོད་པ་ཡོད་ཅིང་།  
 དེའི་མཐུས་ནང་གི་གཟུགས་ལ་ཡང་གནོད་པར་འགྱུར་རོ། །བསམ་གཏན་  
 བཞི་པའི་གཟུགས་ནི། གནོད་པ་བྱར་བྱང་དང་རིགས་གཅིག་པས་  
 གཟུགས་སུ་བཞག་སྟེ། རིའི་བྱང་ཤིང་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་དཔྱེ་བ་ནི་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཁ་དྲོག་དང་། དཔྱིབས་སོ། །དཔྱེན་རྣམ་པ་ཉི་ཤ་སྟེ།  
 སྒྲོ་སེར་དཀར་དམར་རིང་ཐུང་དང་། ལྷམ་པ་རླུམ་པོ་མཐོ་དམའ་དང་། །  
 བྱ་ལེ་ཕྱ་ལེ་མིན་པ་དང་། སྤྱན་དང་རུ་བ་རུལ་ཁུག་ན། ཁྱིལ་མ་ཉི་མ་སྤང་  
 བུན་ནོ། །ཁ་དྲོག་ལ་རྩ་བའི་ཁ་དྲོག་བཞི་དང་། ཡན་ལག་གི་ཁ་དྲོག་བརྒྱད་  
 རོ། །སྒྲུ་ནི་འཇིག་ཅིང་རབ་ཏུ་འཇིག་པས་སྤྱེད་ཆུན་མེད་པའོ། །དཔྱེན་  
 རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་དང་མ་ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་ལ་  
 བརྟེན་པ་གཉིས་དང་། དེ་ལ་སེམས་ཅན་ཏུ་སྟོན་མི་སྟོན་གཉིས་གཉིས་  
 དང་། དེ་ལ་སྟོན་མི་སྟོན་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དོ། །ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱེད་སེམས་ཅན་ཏུ་སྟོན་པ་ནི་ཆོས་འཆད་པའི་སྤྱེད་ལྟ་བུའོ། །མ་  
 ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱེད་སེམས་ཅན་ཏུ་སྟོན་པ་ནི་སྤུལ་པས་……





ཆོས་འཆད་པའི་སྤྱུ་ལྟ་བུའོ། །ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱུ་སེམས་  
 ཅན་དུ་མི་སྟོན་པ་ནི་མེག་ཚོལ་པའི་སྤྱུ་ལྟ་བུའོ། །མ་ཟིན་པའི་འབྱུང་བ་ལ་  
 བརྟེན་པའི་སྤྱུ་སེམས་ཅན་དུ་མི་སྟོན་པ་ནི་བྲག་རལ་པའི་སྤྱུ་ལྟ་བུའོ། །རོ་ནི་  
 བད་བསྟུང་བར་བྱེད་པས་ན་རོ་སྟེ་རྣམ་པ་དུག་གོ། །མངར་སྦྱར་ཆ་བ་ལན་  
 ཆ་དང་། །ཁ་བ་དང་ནི་བསྐྱུ་བའོ། །དྲི་ནི་རྩི་སྒྲིགས་སུ་རྒྱགས་པས་ན་དྲི་སྟེ་  
 རྣམ་པ་བཞིའོ། །དྲི་ཞིམ་པ་དང་དྲི་ང་བ་གཉིས་ལ་མཉམ་མི་མཉམ་གཉིས་  
 གཉིས་སུ་བྱེ་བས་སོ། །རེག་བྱ་ནི་རེག་པར་བྱ་བས་ན་རེག་བྱ་སྟེ། དབྱེ་ན།  
 འབྱུང་བཞི་འཇམ་རྩུབ་ཕྱི་ཡང་གང་། །བཀྲེས་སྒྲོམ་བརུ་གཅིག་བདག་ཉིད་  
 རོ། །འོ་ན་ཁ་དོག་ཀྱང་རེག་བྱར་ཐལ། །རེག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ་མི་  
 ཏོག་གི་ཁ་དོག་ལ་རེག་པས་ཉམས་པར་སྤང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྟེན་འབྱུང་  
 བ་ལ་རེག་པ་ན་རྟེན་ཉམས་པས་ཁ་དོག་ཉམས་པ་ཡིན་གྱི། ཁ་དོག་ལ་རེག་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 སྤྱིའི་དོན་དང་། གཞུང་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ། རོ་བོ་ནི་བསྟན་དུ་མེད་ལ་  
 ཐོགས་པ་འང་མེད་པའི་གཟུགས་ཏེ། མིག་གི་ཡུལ་དུ་བསྟན་དུ་མེད་ཅིང་གོ་  
 ས་གནོན་པའི་མཐུ་མེད་པས་རང་གནས་སུ་གཟུགས་ཅན་གཞན་འབྱུང་.....  
 བའི་ཐོགས་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ལྟར་རང་གི་ཀྱུན་  
 སྤྱོད་གཞན་ལ་རིག་པར་མི་བྱེད་པས་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདི་  
 བོ་རང་གི་ཀྱུན་སྤྱོད་མ་གཡེངས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པ་ལྟར་གཡེངས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་ཡོད་དེ། དགེ་སྤྱོད་ཞེ་སྤང་སྦྱེས་པའི་གནས་  
 སྐབས་ན་ཡང་སོ་སོ་ཐར་པའི་སྟོན་པ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། །སེམས་དང་བཅས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པ་ལྟར་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་.....





ཡོད་དེ། ལྷོ་མས་འཇུག་གཉིས་ལ་གནས་པ་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གནས་  
 སྐབས་འདི་གཉིས་ལ་མི་དགེ་བའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་ནི་མེད་དེ།  
 འདོད་པ་ལས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། དགེ་བའི་རིག་བྱེད་མིན་པ་  
 བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཡང་གནས་སྐབས་འདི་གཉིས་ལ་  
 མེད་དེ། དེ་གཉིས་ནི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སེམས་  
 མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་ཡོད་པ་ནི་བར་མ་དགེ་བ་དང་སོ་སོར་ཐར་པས་  
 བསྐྱས་པའི་རིག་བྱེད་མིན་པའོ། །འདི་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྱེད་ཅི་  
 ཡོད། རྟེན་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སོགས་  
 གྲང་གཟུགས་སུ་འགྱུར་ཏེ། རྟེན་དབང་པོ་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 བརྟེན་ཚུལ་མི་འདྲ་སྟེ། དབང་པོ་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་སྣོ་ཅམ་ཡིན་ལ། དབྱེར་  
 མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་  
 རྟེན་འབྲས་བ་དང་དབྱེར་མེད་ཏེ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། འདིར་ནི་འབྲས་བ་  
 རྒྱར་བྱས་པའི་དོན་ཏེ། འབྲས་བས་འབྲས་འབྲས་སྐྱེད་པ་ལ་བྱེད་རྒྱུའི་སྣོ་  
 རྣམ་པར་འདོགས་ཚུལ་ལྟ་བུར་བར་བཤད་པས་སོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་  
 དོན་ནི། གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སེམས་མ་གཡེངས་པ་དང་། སེམས་  
 ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པར་མ་ཟད། རང་གི་ཀུན་སྤྱོད་གཞན་ཏེ་  
 གཡེངས་ནས་ཀུན་སྤྱོད་གཞན་ལ་གནས་པའི་ཆོའང་ཡོད་ལ། སེམས་མེད་  
 པའི་སྒྲིམས་འཇུག་གཉིས་ལ་གནས་པའི་ཆོ་ཡང་ཡོད་དོ། །རོ་བོའི་ཁྱད་  
 པར་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་བྱུང་བའི་  
 གཟུགས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱན་དང་ལྷན་པ་  
 གང་དང་། ཐོབ་པའི་རྒྱན་ལ་ཡང་སེམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གཉིས་





ཀར་ཡོད་པ་དང་། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་རྒྱུ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་  
 ཡོད་པས་དེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་བའི་ཕྱིར། འབྱུང་བ་ཆེ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་  
 པ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པའི་གཟུགས་དེ་ནི་  
 གཟུགས་དང་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཡང་རིག་བྱེད་ལྟར་ཀྱན་སྒོར་  
 གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་པ་མིན་པའི་གཟུགས་སོ། །བཛོད་ཅེས་པ་ནི་སྒོ་བ་  
 དཔོན་གྱིས་ཆོག་དུ་སྟོན་པའོ། །འབྱུང་བ་ཆེ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པ། །ཞེས་  
 གསུངས་ན། འབྱུང་བ་གང་ཞེ་ན། འབྱུང་བ་བཞི་སྟོང་དེ་དག་ནི་འབྲས་  
 གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ནམ་འབྱུང་ཁྱད་སྤངས་སུ་གྱུར་པས་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །སའི་  
 ཁམས་དང་ཆུ་དང་མེ་དང་རླུང་གི་ཁམས་རྣམས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་  
 ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འབྲས་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ནམ་འབྱུང་ཁྱད་སྤངས་སུ་གྱུར་པས་སོ། །  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་འབྲས་བུའི་གཟུགས་འཛིན་པས་ཁམས་སོ། །  
 གཟུགས་སོགས་དོན་ལྡན་ནི་འབྱུང་བ་ལས་བྱུང་བས་འབྱུང་འགྱུར་ཞེས་.....  
 བཛོད་དོ། །ཁོ་ན་ཆོགས་པ་གཅིག་ན་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་  
 འབྱུང་འགྱུར་དུ་ཐལ། རྒྱའི་འབྱུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འབྱུང་བ་  
 རྣམས་རང་གི་རིགས་ཁོ་ན་ལས་འབྲེལ་བར་འགྱུར་གྱི། རྒྱའི་འབྱུང་བ་  
 གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་ན་པན་ཚུན་  
 ལྟན་ཅིག་དུ་འབྱུང་འགྱུར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འབྱུང་བའི་གྲོགས་  
 བྱེད་པ་ཅམ་དུ་ཟད་གྱི། དེའི་རྟེན་དུ་མི་འདོད་དོ། །ཁམས་དེ་དག་གི་ལས་  
 ནི་གང་རོ་བོ་ནི་ཅི་ཞེ་ན། རིམ་པ་བཞིན། འཛིན་པ་དང་སོགས་པས་  
 བསྐྱད་པ་དང་། སྒྲིན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ལས་སུ་གྱུབ་ལ། རོ་བོ་  
 ནི་རིམ་པ་བཞིན། སྒྲ་བ་དང་། གཤེར་བ་དང་། རྩ་བ་དང་། གཡོ་བ་





རྣམས་ཏེ། ཉིད་ནི་རྩོལ་ཁོ་ན་རྩོལ་བ་ཉིད། ཅེས་དངོས་པོའི་རྒྱུན་བྱས་པ་ལོ། །  
 གཡོ་བ་ནི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གཞན་ཏུ་སྦྱེད་པ་ལོ། །གསུང་རབ་ཏུ་སའི་  
 ཁམས་དང་། ས་སོགས་ཀྱང་གསུངས་ན། ས་སོགས་དང་སའི་ཁམས་ལ་  
 བྱང་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཏུ་ས་སེར་པོ་དང་གྲུ་བཞི་ལ་  
 སོགས་ཁ་དྲོག་དང་དབྱིབས་ལ་ས་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་ཚུ་  
 དཀར་པོ་དང་། ལྷུ་པོ་དང་། མེ་ནི་དམར་པོ་དང་གྲུ་གསུམ་སོགས། ཚུ་  
 མེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཏུ་ཁ་དྲོག་དང་དབྱིབས་ལ་བརྗོད་དོ། །ཁྱུང་  
 བེ་ཆོགས་ཁམས་གཡོ་བ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་ན་རྒྱང་ཞེས་འདོགས་ལ། ས་  
 སོགས་དེ་དང་འདྲ་བར་རྒྱང་སྟོན་པོ་དང་ལྷུ་པོ་སོགས་ཁ་དྲོག་དང་.....  
 དབྱིབས་ལ་འང་བརྗོད་དོ། །འང་ནི་ཁམས་ལ་འདོགས་པར་མ་ཟད་པ་ལོ། །  
 གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཁམས་ལ་འདོགས་པར་མ་ཟད་པ་ལོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་  
 པོའི་ངོ་བོར་བསྟན་པའི་དབང་པོ་ལྟ་དང་དོན་ལྟ་པོ་དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་སྦྱེ་.....  
 མཆེད་རྣམ་པར་བཞག་པ་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་བཅུ་དང་ཁམས་.....  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་བཅུར་འདོད་དོ། །ཆོར་བ་  
 ནི་ཡུལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ལོ། །སྦྱོང་བའི་དོན་ཅི། གཡེ་ཏེ་ཡུལ་རྟོགས་པ་ལ་  
 འདོད་ན་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཅན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པས་.....  
 གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་སྦྱོང་བར་ཐལ། གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 ཡུལ་སྦྱོང་བ་ཅོམ་ལ་བྱེད་ན། སེམས་བྱུང་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཆོར་བར་ཐལ་  
 ལོ་ཞེ་ན། རང་ཡུལ་བདེ་སྤྱད་བཅུང་སྟོམས་གསུམ་གང་བྱུང་ཏུ་རང་གི་ངོ་  
 པོའི་ཚུལ་ཏུ་སྦྱོང་བ་ལ་འདོད་པས་སྦྱོན་མེད་དོ། །དབྱེ་བ་ནི། མིག་གི་  
 འདུས་ཏེ་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་ཏུ་གསོ། །འདུ་ཤེས་ནི་







ཡུལ་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་མ་བྱེ་བྲག་རྩ་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་  
 རོ། །ཆོས་རྣམས་ལ་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་འབྱེད་པའི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་མཚན་མ་རེ་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་མེད་ན་ནམ་མཁའ་ལྟར་རོ་གཅིག་  
 པས་བྱད་པར་མི་བྱེད་པར་འཇུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་འབྱེད་པ་ལ་མཚན་མར་འཛིན་པ་ཞེས་.....  
 བཟོད་དོ། །དབྱེ་ན་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱལ་སྟེ། ཆོར་བ་བཞིན་ནོ། །འདུ་  
 བྱེད་ནི་སྤང་པོ་གཞན་བཞི་ལས་རྩལ་གཞན་པའི་འདུས་བྱས་སོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་འདུ་བྱེད་ཅེས་བྱ་ཞེ་ན། སེམས་ཡུལ་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལ་  
 གཙོ་བོར་ཇུར་པའོ། །ལུན་མིན་འདུ་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་གི་གནས་སྐབས་  
 ཀྱིས་བསྐྱས་པས་འདུ་བྱེད་རྩ་འདོད་དོ། །སྤང་པོ་དེ་གསུམ་དང་། རྣམ་  
 པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་དང་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་པོ་རྣམས་....  
 དང་བཅས་པའི་ཆོས་བདུན་ནི། སྟེ་མཆོད་དང་ཁམས་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 ན་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆོད་དང་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་ཤེས་ནི་ཡུལ་དང་  
 ཡུལ་ཅན་ལ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་  
 རྒྱལ་གྱི་ཁོ་ན་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་སུ་བྲལ། ཡུལ་སོ་སོར་རིག་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྣམ་ཤེས་ནི་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་དེའི་རྣམ་པ་ཅམ་  
 འཛིན་པ་ཡིན་ཅིང་། གཙོ་བོར་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
 འཇུག་པ་ཡིན་ལ། སེམས་བྱུང་རྣམས་ནི་གཙོ་བོའི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་  
 ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི། རང་དབང་རྩ་ཡུལ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་རྣམ་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པ་ཞེས་མ་བཤམ་ནོ། །དཔེར་ན།  
 མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ཅིང་ཡུལ་གཟུགས་ཁོ་





ན་ལ་འབྲུག་ལ། ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བྱུང་རྣམས་གཙོ་བོར་མིག་  
 ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་གཟུགས་ལ་  
 ལོངས་སྤྱད་ཀྱི། ཉན་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཆོ་མིག་ལ་མི་བརྟེན་ཅིང་  
 གཟུགས་ལ་མི་འབྲུག་པས། མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་གཟུགས་ཁོ་ན་ལ་སྤྱད་  
 པའི་ཐ་སྟངས་ཀྱིས་མ་བཟོད་དོ། །དཔེར་ན། གྲོང་དཔོན་ནི་གྲོང་ལ་རང་  
 དབང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ལོངས་སྤྱད་ལ། འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་གྲོང་དཔོན་ལ་  
 བརྟེན་པའི་དབང་གིས་གྲོང་ལ་ལོངས་སྤྱད་ཀྱི། རང་དབང་དུ་མིན་པས་  
 གྲོང་དེའི་བདག་པོར་མི་བཟོད་པ་བཞིན་ནོ། །མིག་ཤེས་ནི་མིག་གི་དབང་  
 པོ་དང་གཟུགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷག་བྱེད་ལ། སེམས་བྱུང་རྣམས་  
 ནི་རེས་འགའ་མིག་ཤེས་དང་། རེས་འགའ་ཉན་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འང་འགྱུར་  
 པས་དེ་དག་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷག་བྱེད་པར་མ་རེས་པས། མིག་གི་རྣམ་  
 ཤེས་ལྟར་མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་གཟུགས་ལ་སྤྱད་པའི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 རྣམ་ཤེས་དེ་སྦྱང་བྱེད་རྣམ་པར་བཞག་པ་ན་ཡིད་ཀྱི་སྦྱང་བྱེད་ཀྱང་ཡིན་ལ།  
 ཁམས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ན་ཁམས་བདུན་དག་ཏུ་འང་འདོད་པ་སྟེ།  
 བདུན་གང་ཞེ་ན། མིག་ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་གྱི་ཁམས་  
 ཏུག་དང་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་སོ། །རྣམ་ཤེས་ཆོགས་ཏུག་ལས་གཞན་པའི་ཡིད་  
 ཀྱི་ཁམས་དེ་གང་ཞེ་ན། ཆོགས་ཏུག་ལས་རྩས་གཞན་ནི་མེད་ཀྱི་ཏུག་པོ་  
 འགགས་མ་ཐག་པ་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཡིད་ཀྱི་  
 ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །ཏུག་པོ་ཞེས་སྒྲིས་པས་རྣམ་ཤེས་ཏུག་ཀྱི་ལ་ཡོད་པར་  
 བསྟན་ཏོ། །འདས་པ་ཞེས་སྒྲིས་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བ་དང་ཁྱད་པར་  
 འབྱེད་པ་སྟེ། ད་ལྟར་བ་ལ་རྣམ་ཤེས་དང་། འདས་པ་ལ་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་





ཞེས་བསྟན་པ་ལྟ། །འདས་མ་ཐག་པ་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། འདས་མ་ཐག་པ་འི་  
 ཡིད་ཡིན་གྱི་འདས་ནས་ཡུན་རིང་པོ་ལོན་པ་འི་ཡིད་མ་ཡིན་པ་འི་དོན་ནོ། །  
 འོ་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འི་ཁམས་དྲུག་དང་ཡིད་གཅིག་གི་ནང་དུ་གཅིག་པ་ལྟ་  
 འདུས་པ་འི་ཕྱིར། རྣམ་སྟུ་ཁམས་བརྩ་བ་དུན་ནམ་བརྩ་གཉིས་སྟུ་འགྱུར་རོ་  
 ཞེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་ལྷ་ལ་རྟེན་རེ་རེ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་འདར་རྟེན་དགོས་པས་དྲུག་པ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་སྟབས་  
 པ་འི་ཕྱིར། འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བའི་བྱད་པར་སྟེ་ནས་འདས་པ་འི་ཆ་ལ་  
 ཡིད་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བཞག་པས་ན་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དག་དུ་འདོད་དོ། །  
 མདོར་བསྟུན་གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། ཡིད་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་དང་ཆོས་ཀྱི་  
 ཁམས་གཅིག་གིས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྟུས་ཏེ། གཞུགས་ཀྱི་སྤང་པོས་  
 གཞུགས་ཅན་གྱི་སྟེ་མཆེད་བརྩ་དང་། ཁམས་བརྩ་བསྟུས་ལ། ཡིད་ཀྱི་སྟེ་  
 མཆེད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་སེམས་ཁམས་བདུན་བསྟུས་ཤིང་།  
 ཆོས་ཁམས་ཀྱི་ཆོར་འདུ་འདུ་བྱེད་དེ་གསུམ་དང་། རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་འི་  
 གཞུགས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་བསྟུས་པས་སོ། ཇི་ལྟར་བསྟུས་ཤིན། རང་  
 གི་ངོ་པོ་ཉིད་ཡིན་པ་འི་ཚུལ་གྱིས་བསྟུས་ཏེ། རང་ལས་དོན་གཞན་གྱི་  
 དངོས་པོ་རང་གི་བསྟུ་བྱ་དང་མི་ལྟན་པ་འི་ཕྱིར། མིག་དང་རྣ་བ་སོགས་ལ་  
 གཉིས་གཉིས་ཡོད་པས་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ལས་མང་བར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་  
 བ། མིག་ལ་སོགས་པ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་མོད་ཀྱི་མིག་གི་རིགས་སྟུ་གཅིག་  
 པ་དང་། སྤྱོད་ཡུལ་གཞུགས་སྟུ་གཅིག་པ་དང་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རིགས་འདྲ་བའི་ཕྱིར་ན་ཁམས་གཅིག་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། སོགས་  
 པས་བསྟུས་པ་རྣ་བ་དང་སྣ་ལ་ཡང་སྦྱར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གཉིས་གཉིས་སྟུ་





འབྲུང་ཞེན། རྟེན་མཛེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་གཉིས་  
 གཉིས་སུ་བྱུང་ངོ། །གཉིས་པ་སྐྱེ་འཇུག་པའི་དོན་ནི། སྤང་པོའི་དོན་ནི་དུ་  
 མ་སྤངས་པ་སྟེ། མདོར་ན་གཟུགས་གང་ཅི་ལའང་རུང་། འདས་པ་འམ།  
 མ་འོངས་པ་འམ། ད་ལྟར་བྱུང་བ་འམ། ནང་གི་འམ། ཕྱི་འམ། རགས་  
 པ་འམ། སྤང་བ་འམ། རན་པ་འམ། བྱ་ལོ་མ་པ་འམ། ཐག་རིང་བ་འམ། ཉེ་བ་  
 ན་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་གངས་སུ་འགོ་ལ། ཞེས་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བར་དུ་འང་དེ་  
 བཞིན་དུ་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་དུས་ཀྱི་སྐོ་ནས་དང་པོ་གསུམ་མོ། །སྐྱུ་ལྔ་  
 ནས་ཕྱི་ནང་གཉིས་སོ། །རྣམ་པའི་སྐོ་ནས་སྤང་བ་འམ། གཉིས་སོ། །བཟང་  
 ངན་གྱི་སྐོ་ནས་ངན་པ་དང་བྱ་ལོ་མ་པ་འམ། །ཡུལ་གྱི་སྐོ་ནས་ཐག་ཉེ་རིང་  
 གཉིས་སོ། །ཁྱེད་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ནི། གཟུགས་རེ་རེ་བ་ཡང་སྤང་པོར་འདོད་  
 པས་སྤང་པོ་རྣམས་ཡོད་དུ་འདོད། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་ནི། གཅིག་སྤང་བ་སྤངས་  
 པའི་དོན་མེད་པས་སྤང་པོའི་དོན་མི་གནས་ཤིང་། མདོ་ལས། ཐམས་ཅད་  
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་ཞེས་པ་དང་ཡང་འགལ་བས། སྤང་པོ་བཏགས་ཡོད་  
 དུ་བཞེད་དོ། །སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་དོན་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་སྐྱེ་ཞིང་  
 མཆེད་པར་བྱེད་པའི་སྐོ་ལ། །འོ་ན་འདུས་མ་བྱས་སྐྱེ་མཆེད་མ་ཡིན་པར་  
 ཐམ། ཞེན། དམིགས་པར་བྱེད་པའི་སྐོ་ནས་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་  
 རྣམས་མཆེད་པར་བྱེད་པ་འོ། །ཁམས་ཀྱི་དོན་ནི་རིགས་ཏེ་འབྲུང་གནས་སོ། །  
 འདུས་མ་བྱས་ཀྱང་དམིགས་པའི་སྐོ་ནས་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་འབྲུང་  
 གནས་ཡིན་པས་ཁམས་སུ་འཐད་དོ། །རིགས་ཀྱི་དོན་རང་བཞིན་ལ་འདོད་  
 ན། །ཁམས་བཙོ་བརྒྱུད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་





པས་ཁམས་སོ། །ཡང་ན་འདུས་བྱས་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་  
 མའི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པས་  
 ཁམས་སོ། །འདུས་མ་བྱས་རྣམས་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་པའི་སྒྲི་  
 བས་སོ། །གསུམ་པ་ཆོས་གསུམ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་ནི། གདུལ་བྱ་རྣམས་  
 གྱི་སྒྲིངས་པ་སེམས་བྱང་དང་གཞུགས་དང་གཞུགས་སེམས་གཉིས་ཀ་ལ་.....  
 རིལ་པོར་འཛིན་པ་གསུམ་སྤངས་ཕྱིར་དང་། དབང་པོ་རྣེ་འབྱིང་རྒྱལ་  
 གསུམ་གྱི་ཕྱིར་དང་། ཆོག་རྒྱས་འབྱིང་བསྟུས་པ་འདོད་པ་གསུམ་གྱི་ཕྱིར་  
 བྱང་པོ་དང་སོགས་པ་སྟེ་མཆེད་དང་ཁམས་ཉེ་ཆོས་གསུམ་བསྟན་པ་ཡིན་.....  
 རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སེམས་བྱང་རྣམས་ལས་ཆོར་འདུ་གཉིས་བྱང་པོ་ལོགས་ཤིག་  
 ཏུ་སྟོན་ཅེན། སེམས་བྱང་རྣམས་ལས་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་གཉིས་ལོགས་  
 ཤིག་ཏུ་བྱང་པོར་བསྟན་པའི་རྒྱ་ནི། བྱིས་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱང་བ་རྣམས་གྱི་  
 རྩོད་པའི་རྩ་བར་ཐུར་པའི་ཕྱིར་ཉེ། འདོད་པ་ལ་ཞེན་པ་དང་། ལྟ་བ་ལ་  
 ཞེན་པ་གཉིས་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པས་སོ། །དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་རྒྱའི་གཙུག་  
 པོར་ཐུར་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་པོ་ལྔའི་གོ་རིམ་སྟོན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདུས་མ་བྱས་རྣམས་ནི་སྟེ་མཆེད་དང་ཁམས་ཀྱིས་བསྟུས་ལ་བྱང་  
 པོར་མ་བསྟུས་པ་ཅི་ཞེན། འདུས་མ་བྱས་ཆོས་ཅན། བྱང་པོ་དག་ཏུ་མ་  
 བཤད་དེ། སྤངས་པའི་དོན་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ཆོས་གསུམ་གྱི་གོ་  
 རིམ་ལ། དང་པོ་བྱང་པོའི་གོ་རིམ་ནི། གཞུགས་ནི་གཙུག་པོར་ཐོགས་པ་དང་  
 བཅས་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་ལས་རགས་ཤིང་མིང་གཞིའི་བྱང་པོའི་ནང་  
 བས་ཆོར་བ་རྒྱ་བ་རགས་པ་སོགས་སྤྲུམ་སྤྲུམ་ཆོས་རགས་པ་དང་། འཁོར་  
 བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་པོ་མོ་དག་པན་ཚུན་གཞུགས་ལ་ཆགས་ཤིང་དེ་ཡང་







རྟེན་སྤྱིང་ན་གནས་སོ། དེའི་འོག་ན་ན་བའི་འོ། དེའི་འོག་ན་སྤྱིའི་འོ། །  
 དེའི་འོག་ན་སྤྱིའི་འོ། །ཡུལ་གྱི་ནི་ཕལ་ཆེར་དེའི་འོག་ན་འོ། །ཡིད་ནི་དེ་དག་  
 ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཡུལ་ལ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དེ་དག་གི་གོ་རིམ་ནི་རི་  
 ལྟར་གནས་པའི་རིམ་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མིག་སྟགས་བརྩ་ཅར་  
 གཟུགས་ཡིན་ཡང་མིག་གི་ཡུལ་ཁོ་ན་ལ་གཟུགས་ཞེས་དང་། ཐམས་ཅད་  
 ཆོས་ཡིན་ཡང་ཐ་མ་ཁོ་ན་ལ་ཆོས་ཞེས་བཛོད་པ་ཅི་ཞེ་ན། གཞན་ལ་མིང་སོ་  
 སོར་བཏགས་པས་བྱེ་བྲག་གི་དོན་དང་། བསྟན་ཏུ་ཡོད་ཅིང་ཐོགས་པ་  
 དང་བཅས་པས་གཟུགས་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྱི་  
 མིང་བྱེ་བྲག་ལ་བཏགས་པའི་དོན་དང་། ཆོར་བ་སྟགས་ཆོས་མང་པོ་དང་།  
 ཆོས་གྱི་མཆོག་ཟུང་ན་ལས་འདས་པའང་བསྟུས་པའི་ཕྱིར། མིག་གི་ཡུལ་  
 གཅིག་སྤྱི་ནི་གཟུགས་གྱི་སྤྱི་མཆོད་དང་། སྤྱི་མཆོད་ཐ་མ་གཅིག་སྤྱི་ནི་ཆོས་  
 ཞེས་བྱ་བར་བཛོད་དོ། །གསུམ་པ་ཆོས་གསུམ་གྱིས་ཐམས་ཅད་བསྟུས་པར་  
 བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་གྱི་སྤང་པོ་བསྟུ་བ་དང་། སྤང་ཁམས་སྤྱི་  
 མཆོད་གཞན་བསྟུ་བ། ཞར་ལ་ཁམས་གཉིས་གྱི་དོ་བོ་འོ། །དང་པོ་ནི། མདོ་  
 ལས་སྤང་ཁམས་སྤྱི་མཆོད་གཞན་ཡང་གསུངས་པ་དེ་རྒྱུ་ལ་འདི་རྒྱུ་ས་་་་  
 ལས་ཐ་དད་དམ་ཞེ་ན། འདི་རྒྱུ་ལ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟུས་ཏེ། རེ་ཞིག་ཆོས་གྱི་  
 སྤང་པོ་བརྒྱད་ཁྱི་གང་རྒྱུ་ལ་སྤང་པས་གསུངས་པ་དེ་རྒྱུ་ལ་མདོན་པའི་་་་  
 མདོ་སྟེ་པ་ལྟར་ན་ཆོག་སྟེ་དག་གི་རིག་བྱེད་ཡིན་པས་གཟུགས་སྤང་གིས་་་་  
 བསྟུས་ཏེ། སྤྱིའི་སྤྱི་མཆོད་ནི་གཟུགས་སྤང་གིས་བསྟུས་པའི་ཕྱིར། བྱེ་བྲག་  
 ཏུ་སྤྱོད་བ་ལྟར་ན། མིང་ཡིན་ཏེ། ཆོས་སྤང་ནི་དོན་རྟོན་བྱེད་ཡིན་ཞིང་དག་  
 མིང་ལ་འཇུག་ལ་མིང་ནི་དོན་བཛོད་པའོ། །དེས་ན་འདུ་བྱེད་ཏུ་འདུས་ཏེ།





མིང་ནི་འདུ་བྱེད་ཕུང་པོས་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་རྟ། །རྒྱལ་པོ་སྐུས་དང་གང་  
 སྤེལ་དུ་ཆོས་མངོན་པ་བ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་མིང་ཆོག་གཉིས་ཀའི་  
 རང་བཞིན་དུ་འདོད་ཅེས་པ་ལྟར་ན། །གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་འདུ་བྱེད་  
 ཀྱི་ཕུང་པོ་གཉིས་ཀས་བསྐྱས་པའོ། །རིགས་པའི་མདོ་སྤེལ་ནི་འཆད་  
 འཇུག་གཉིས་ལས། འཆད་པའི་ཆོ་དོན་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱིད་དང་། འཇུག་  
 པའི་ཆོ་སྐྱ་སྐྱིལ་རང་མཚན་དུ་འབྱུལ་པའི་སྐར་བཞེད་དོ། །ཆོས་ཕུང་གི་  
 ཚད་ཇི་ཅུམ་ཞེ་ན། །ཁ་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་  
 ཚད་ཤོ་ལོ་ཀ་དུག་སྟོང་ཡོད་པ་ཅུམ་རེར་ཆོས་ཕུང་རེའི་ཚད་ཅེས་ཟེར་ལ།  
 གཞན་དག་ན་རེ་ཕུང་པོ་དང་སོགས་པ་ཁམས་སྟེ་མཆེད་ཉེན་འབྱུང་བདེན་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་རྗེ་གས་པ་རེ་ཆོས་ཕུང་རེའི་ཞེས་ཟེར་རོ། །རང་  
 ལུགས་དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྒྲིན་ས་ཚད་བསྟན་པ་ནི། །ལེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་  
 པ་དུག་གསུམ་དང་དང་རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་སྦྱོང་པ་ཐ་དད་པ་བརྒྱད་ཁྲི་པོ་.....  
 རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡང་མི་མཐུན་སྟུགས་ལ་སྦྱོང་པའི་.....  
 གངས་དང་མཐུན་པར་བརྒྱད་ཁྲི་གསུངས་སོ། །སྤེལ་གཞན་ཀྱི་ལུང་ལས་  
 བེ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཞེས་འབྱུང་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་  
 བརྒྱད་ཁྲི་ཕུང་པོར་བསྐྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་མདོ་གཞན་ལས་གཞན་ཡང་ཅི་.....  
 རིགས་པར་ཕུང་པོ་དང་སྟེ་མཆེད་དང་ཁམས་ཀྱི་མིང་ཅན་འབྱུང་བ་རྣམས་  
 རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལེགས་པར་དབྱེད་དེ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཕུང་པོ་.....  
 ལཱ་དང་སྟེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་པོར་བསྐྱས་པར་བྱ་སྟེ།  
 ཕུང་པོའི་མིང་ཅན་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་དང་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བའི་ཕུང་པོ་རྣམས་







ལས་དང་པོ་ལུས་དག་གི་ལས་ཡིན་པས་གཟུགས་ལྷུང་དང་། ལྷག་མ་  
 སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་འདྲ་བྱེད་ལྷུང་པོས་བསྐྱས་པ་སྟགས་དང་། ཟད་པར་  
 གྱི་སྦྱེ་མཆེད་དང་པོ་བརྒྱད་མ་ཆགས་པ་ཡིན་པས་ཆོས་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་དང་།  
 བྱི་མ་གཉིས་དང་གཟུགས་མེད་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་བཞི་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་  
 གི་ངོ་པོ་ཡིན་པས་ཡིད་དང་ཆོས་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་སྟགས་དང་།  
 འདྲི་དང་པོ་དང་གཞོན་སེམས་དང་རྣམ་འཛེའི་ཁམས་ནི་སེམས་བྱུང་ཡིན་མོ་་་་  
 པས་ཆོས་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་སྟགས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། འོ་ན་ས་ཆུ་མི་  
 རྒྱུད་ནས་མཁའ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དྲུག་གསུངས་པས་ན་ནས་མཁའ་ཉིད་་་  
 རྣམ་མཁའི་ཁམས་དང་། རྣམ་ཤེས་ཐམས་ཅད་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཡིན་  
 རྣམ་ཞེན། སྤུ་མ་བཞི་བཤད་ཟིན་ཅིང་རེག་བྱའི་ཁམས་སུ་འདྲུས་པས་མ་  
 གྲིས་སོ། །སྐར་ཁུང་ཁ་སྤྲོ་སྟགས་ཀྱི་བྱ་གཞི་ནས་མཁའི་ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །  
 བྱ་གཞི་ཞེན། ཉིན་པར་སྤང་བ་དང་མཆོན་མོ་ལུན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་  
 པས་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱིས་བསྐྱས་སོ། །ལོ་ཞེས་པ་མདོ་སྤེ་པ་ཐོགས་  
 བཅས་ཀྱི་གཟུགས་མེད་ཙམ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྦྱེ་བའི་འདྲུས་མ་བྱས་ལ་ནས་མོ་་་་་  
 མཁའི་ཁམས་སུ་བརྒྱུད་པས། ཆོས་ཁམས་སུ་འདྲུས་པར་སྟོན་པའོ། །ཟག་  
 པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ན་ནི་འདིར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །  
 ཅིའི་སྦྱར་ཟག་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་མི་བྱ་ཞེན། ཁམས་དྲུག་ནི་ཉིད་  
 མཆོམས་སྦྱར་བ་ནས་འཆི་བའི་བར་གྱི་སེམས་སྦྱེ་བའི་རྟེན་ཡིན་ལ་ཟག་མོ་་་་་  
 མེད་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་སོ། །བཞི་པ་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་ལ་  
 བདུན་ཏེ། གཉིས་ཆོན་དང་། གསུམ་ཆོན་དང་། བཅས་མ་བཅས་དང་།  
 གཟུགས་ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། བྱུང་བ་གསུམ་དང་། ཐོབ་པའི་ཁྱད་པར་





དང་། ཕྱི་ནང་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་ནི།  
 གདུལ་བྱ་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་མ་ཁས་པ་དང་། སྤྱོད་པ་ས་ས་ཡང་  
 དག་པར་རིག་པའི་རྒྱུར་འཁྱུར་བའི་ཆེད་དོ། །འདིར་ཁམས་ལ་རྣམ་པའི་  
 རབ་དབྱེ་མཛད་པ་ནི། གཟུགས་དང་སེམས་གཉིས་ཀའི་རབ་དབྱེ་ལ་  
 མ་ཁས་པར་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་གཉིས་ཆོན་ནི། ཁམས་བཙུང་  
 ལས་ཐོགས་བཅས་བསྟན་རུ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་རུ། བསྟན་རུ་མེད་པ་ནི་རུ་  
 ཞིག་ཅེ་ན། འདི་ནི་འདི་ནའོ་ཞེས་གཞན་ལས་བསྟན་རུ་ཡོད་པ་ནི་འདིར་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་གཅིག་ཤུ་སྟེ། ལྷག་མ་བརྩུ་བརྩུན་ནི་བསྟན་རུ་མེད་པའོ།  
 ཁམས་བཙུང་ལས་ཐོགས་མེད་རུ་ཞེ་ན། རང་གི་གོ་སར་གཟུགས་ཅན་  
 གཞན་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱེད་པས་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ་གཟུགས་.....  
 ཅན་ཀྱི་ཁམས་བརྩུ་ཉིད་དོ། །སེམས་ཁམས་བརྩུན་དང་ཆོས་ཁམས་ནི་  
 ཐོགས་མེད་དེ། རུལ་ཕྱན་བསགས་པ་མ་ཡིན་པས་སོ། །སྤྱིར་ཐོགས་པ་  
 གསུམ་སྟེ། སྤྱིབ་ཐོགས་དང་། ཡུལ་ཐོགས་དང་། དམིགས་ཐོགས་སོ། །  
 འདིར་ནི་སྤྱིབ་ཐོགས་ལ་ཐོགས་བཅས་སུ་བྱས་པའོ། །གསུམ་ཆོན་ནི། དགོ་  
 བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་རུ་ཞེ་ན། ལྷང་མ་བསྟན་བརྩུད་དེ།  
 དགོ་མི་དགོའི་ངོ་བོར་ལྷང་རུ་མ་བསྟན་པས་སོ། །འགའ་ཞིག་རྣམ་སྤྲིན་  
 འདི་འབྱིན་ནོ། །ཞེས་ལྷང་བསྟན་རུ་མེད་པ་ལ་འདོད་དོ། །བརྩུད་པོ་ནི་  
 ཐོགས་བཅས་བརྩུ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལས། གཟུགས་སྒྲ་གཉིས་མ་གཏོགས་  
 པའི་ལྷག་མའོ། །བརྩུད་པོ་ལས་གཞན་ཁམས་ལྷག་མ་བརྩུ་པོ་རྣམས་ལ་  
 དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་། ལྷང་མ་བསྟན་གསུམ་ཀའོ་དོ། །འདོད་པ་  
 དང་། གཟུགས་དང་། གཟུགས་མེད་པར་གཏོགས་པ་རུ་ཞེ་ན། འདོད་





ཁམས་སུ་གཏོགས་པ་ཁམས་བཙུག་པོ་ཐམས་ཅད་དོ། །གཟུགས་ཀྱི་  
 ཁམས་ན་ཁམས་བརྩ་བཞི་སྟེ། གྲི་རྩ་གཉིས་དང་སྒྲུའི་རྣམ་ཤེས་དང་ལྗེའི་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མཛོ། གྲི་རྩ་གཉིས་མེད་དེ། ཁམ་  
 ཟས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། དམིགས་ཀྱི་དེ་གཉིས་མེད་  
 པས་ཡུལ་ཅན་སྒྲུའི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ཀྱང་མེད་དོ། །སྒྲིབ་དཔོན་དབྱིག་  
 གཉེན་ནི། སྒྲུའི་དབང་རྟེན་ཅམ་ཡོད་ཀྱི་དབང་པོའི་ངོ་བོ་མེད་པར་  
 བཞེད་དེ། ཡུལ་གྲི་རྩ་མེད་པས་ཡུལ་ཅན་རྣམ་ཤེས་མེད་པའི་རིགས་པ་  
 འདི་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འདོད་དོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་  
 དང་བྱེ་བྲག་རྩ་སྒྲུབ་ནི་རྟེན་མཛེས་པ་དང་ཆོག་བརྗོད་པ་ལ་དགོས་པ་དང་  
 སྟེང་པའི་དབང་གིས་འཕངས་པས་སྒྲུའི་དབང་པོ་ཡོད་པར་འཆད་དོ། །  
 གལ་ཏེ་རྟེན་མཛེས་པ་ནི་དབང་རྟེན་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་དབང་པོས་མི་བྱེད་དོ། །  
 ཞེ་ན། དབང་པོ་མེད་ན་དབང་རྟེན་ཡང་མཛེས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཤི་བའི་  
 ལུས་བཞིན་ནོ། །དབང་པོ་ལྷ་ལ་སྟེང་པ་ཡོད་པས་སྟེང་པས་འཕངས་པར་  
 ཡང་འཐད་དོ། །གལ་ཏེ་དབང་པོ་ལྷ་ལ་སྟེང་པ་མེད་ན་ཡུལ་གཟུགས་  
 གོགས་ལྷ་ལ་དང་པོ་ནས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བེན་པས་གཟུགས་ལ་འདོད་་་་  
 ཆགས་བྲལ་བ་ཉིད་རྩ་ཐལ་ལོ། །གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་  
 ཁམས་བརྩ་དང་སྒྲུའི་རྣམ་ཤེས་མ་གཏོགས་པ་ཡིད་དང་ཆོས་དང་ཡིད་་་་  
 ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་གསུམ་མོ། །གསུམ་པ་བཅས་མ་བཅས་ལ། ཟག་པ་  
 དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་རྩ་ཞེ་ན། ཁམས་ཐ་མ་དེ་གསུམ་ནི་ཟག་  
 བཅས་དང་ཟག་པ་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་ལ་དེ་གསུམ་མ་གཏོགས་པའི་་་་་་  
 ལྷག་མ་བཙུག་པོ་ལྷ་ནི་མཐའ་གཅིག་རྩ་ཟག་བཅས་སོ། །རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་





དང་བཅས་པ་དང་རྟོག་པ་མེད་ལ་དཔྱད་པ་ཅམ་དང་བཅས་པ་དང་།  
 རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་པ་རུ་ཞེན། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དང་པོ་  
 ལཱ་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཁ་ཕྱི་རྣམ་གྱི་དོན་ལ་བལྟས་  
 པས་སོ། །ཐ་མ་ཡིད་དང་ཆོས་དང་ཡིད་ཤེས་གསུམ་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་  
 ཀ་དང་བཅས་པ་དང་། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་པ་དང་། རྟོག་མེད་  
 དཔྱད་ཅམ་དང་བཅས་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་སོ། །དེ་ཡང་འདྲི་པ་དང་།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་བཞི་ཅམ་པོ་ལ་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་  
 བཅས་ལ། བྱད་པར་ཅན་ལ་ནི་རྟོག་མེད་དཔྱད་ཅམ་དང་བཅས་ཤིང་། དེ་  
 ཡན་ཆད་ཀྱི་ཆོས་གསུམ་ལ་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་དོ། །ལྷག་མ་  
 གཟུགས་ཅན་བརྒྱུ་པོ་རྣམས་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པ་སྤངས་སོ།  
 །འོ་ན་ཆོས་མངོན་པ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལྟ་རྟོག་མེད་རུ་བཤད་  
 པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེན། རྟོག་པ་གསུམ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྟོག་པ་ཡོད་ཀྱི་  
 དེས་པར་རྟོག་པ་དང་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པས་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་སྟེ། རྟ་རྟ་གཅིག་པ་ལ་རྟ་མེད་ཅེས་པ་བཞིན་ནོ། །རྟོག་པ་  
 ཐ་མ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅི་ཞེན། དེ་དག་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་མཆོངས་  
 ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པས་གཡེང་བ་ནི་དེས་རྟོག་ཡིན་ལ།  
 ཡིད་ཀྱི་དྲན་པ་མཉམ་པར་བཞག་མ་བཞག་ཐམས་ཅད་ནི་རྗེས་སུ་དྲན་པ་  
 ཉིད་དོ། །དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་དང་དམིགས་པ་མེད་པ་རུ་ཞེན།  
 དམིགས་བཅས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཁམས་བདུན་དང་ཆོས་ཁམས་ཀྱི་སྟེང་སེམས་  
 བྱང་རྣམས་ཀྱང་ངོ་། །གཟུགས་ཅན་བརྒྱུ་དང་ཆོས་ཁམས་ཀྱི་ལྡན་མིན་  
 འདུ་བྱེད་དང་། འདུས་མ་བྱས་ནི་དམིགས་པ་མེད་པའོ། །བཞི་པ་གཟུགས་





ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་ནི། ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པ་རུ་ཞེ་ན། མ་ཟིན་པ་དགུ་ཉེ།  
 དམིགས་བཅས་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམས་དང་སྤྱུ་ཡང་ངོ་། །ས་ལྷེའི་འགྲེལ་པར།  
 དབང་པོ་དང་ཚོགས་པ་ཐ་མི་དད་ཏུ་གནས་པའི་སྤྱུ་དེ་ཟིན་པར་ཡང་.....  
 བཤད་སྤང་ངོ་། །དེ་ལས་གཞན་གཟུགས་ཅན་དགུ་པོ་ལ་ནི་ཟིན་མ་ཟིན་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཆར་ཡོད་དེ། འདས་མ་འོངས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྷ་དང་། ད་  
 ལྟར་ལ་ཡང་དབང་པོའི་ཚོགས་པ་སེམས་མེད་པའི་གཟུགས་དང་དྲི་རྩ་རེག་  
 བྱ་ཡང་མ་ཟིན་པ་དང་། ད་ལྟའི་དབང་པོ་དང་དེའི་ཚོགས་པ་ན་ཡོད་པའི་  
 གཟུགས་སོགས་བཞི་ནི་ཟིན་པའོ། །མངོན་པ་གོང་མ་བ་ནི་དབང་པོ་ལྷ་ནི་  
 ཟིན་པ་ཁོ་ནར་འཆད་དོ། །འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འཁྱར་རུ་ཞེ་ན། རེག་  
 བྱའི་ཁམས་ནི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འཁྱར་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་མ་  
 གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་དགུ་པོ་ནི་འབྱུང་འཁྱར་ཁོ་ན་དང་དེར་མ་ཟད་.....  
 ཚོས་ཁམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀ་ཅིག་རེག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ཀྱང་འབྱུང་.....  
 འཁྱར་ཉིད་དེ། སེམས་ཀྱི་ཁམས་བདུན་དང་ཚོས་ཁམས་པལ་ཆེར་བ་ནི་  
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའོ། །བསགས་པ་དང་བསགས་པ་མིན་པ་རུ་ཞེ་ན།  
 གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་ནི་བསགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྩལ་སྤྱ་རབ་འདུས་  
 པས་སོ། །ལྷག་མ་བརྒྱད་ནི་བསགས་པ་མིན་པའོ། །གཙང་བྱེད་དང་གཙང་  
 བྱ་སོགས་གང་ཞེ་ན། གཙང་བྱེད་དག་ལྷ་ལྷ་བྱ་དང་གཙང་བྱ་ཤིང་ལྷ་བྱ་  
 ཉིད་ནི་སྤྱི་རོལ་གྱི་ཁམས་གཟུགས་དྲི་རྩ་རེག་བྱ་བཞི་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། གཙང་  
 བྱེད་དང་གཙང་བྱ་ཁམས་བཞི་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རུ་བསྟེན་བྱ་བྱེད་ཤིང་ལྷ་...  
 བྱ་དང་འཇལ་བྱེད་སྤང་ལྷ་བྱ་ཡང་ཁམས་དེ་བཞིའོ། །སྟེན་བྱེད་དང་གཞལ་  
 བྱ་ལ་མི་མཐུན་པར་སྤྱ་ཉེ། ཁ་ཅིག་ཁམས་བཞི་ཉིད་དེ་དག་རུ་སྤྱ་ལ། ཁ་





ཅིག་རྒྱུ་འཇུག་པའི་དང་འབྲས་བུའི་རིག་བྱ་ལྟེ་བ་ཉིད་རིམ་པ་བཞིན་དེ་.....  
 དག་ཏུ་སྒྲུབ། །གཞན་དབང་པོ་ལྟ་ནི་དྲངས་ཤིང་སྒྲུབ་ལྟར་མེད་ལ་ཁམས་  
 ཐོགས་མེད་བརྒྱད་རྩལ་ཤུན་བསགས་པ་མ་ཡིན་པས། གཙང་བྱེད་སོགས་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་བུ་བྱང་བ་གསུམ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བཏང་དང་། དམིགས་  
 བསལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་སྤྲིན་སྦྱེས་དང་། རྒྱས་བྱུང་དང་། རྒྱ་མཐུན་  
 ལས་བྱུང་བ་རུ་ཞེ་ན། བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བྱས་ནས་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་  
 ལས་སྦྱེས་པའོ། །འབྲས་བུའི་རྩས་སུ་བྱིན་པའི་ལས་ནི་རྣམ་སྤྲིན་ཏེ་དེ་ལས་  
 སྦྱེས་པའམ། རྒྱ་དགེ་མི་དགེ་ལ་འབྲས་བུའི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་རྣམ་  
 སྤྲིན་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ལས་སྦྱེས་པས་རྣམ་སྤྲིན་སྦྱེས་ཞེས་པ་དང་། གཉིད་  
 དང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ཟས་དང་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་སྟེ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་བཞི་...  
 ལས་བྱུང་བ་མིག་སོགས་ནང་གི་ཁམས་ལྟེ། །དབང་པོ་ལྟ་བུ་རྣམ་སྤྲིན་  
 སྦྱེས་དང་རྒྱས་བྱུང་གཉིས་སུ་འདུས་པའི་རྒྱ་མཐུན་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ལས་  
 གཞན་པའི་རྒྱ་མཐུན་ནི་མེད་དེ། ཤི་བ་ལ་མིག་སོགས་རྗེས་སུ་མི་འཇུག་  
 པས་སོ། །དེས་ན་རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་བར་མ་བཤད་དོ། །སྒྲུབ་ནི་རྒྱས་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་དང་། རྒྱ་མཐུན་ལས་སྦྱེས་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་སྦྱེས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། འདོད་རྒྱུར་འབྱུང་བས་སོ། །འོ་ན་གདགས་པ་ལས། ཆོག་རྩལ་སྤངས་  
 པས་ཆངས་པའི་དབྱངས་འབྲུབ་པར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
 རྣམ་སྤྲིན་ལས་བརྒྱད་དེ་འབྱུང་བ་ལ་དགོངས་པ་སྟེ། རྣམ་སྤྲིན་དངོས་ནི་  
 མགིན་པར་ལས་འབྱུང་བ་ཁྱད་པར་ཅན་འབྲུབ་པའོ། །རྒྱ་མཐུན་ལས་སྦྱེས་  
 པ་ནི་སྐལ་མཉམ་དང་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ཅི་རིགས་པས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་ལ་བྱའོ། །  
 ཐོགས་པ་མེད་པ་བརྒྱད་པོ་སྐལ་མཉམ་དང་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ནི།





རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱང་བ་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལས་སྦྱོས་པ་ཡོད་ལ། རྒྱས་བྱང་ནི་  
 མེད་དེ། ཐོགས་མེད་ཡིན་པས་རྒྱས་པ་འི་རྒྱས་རྒྱས་པར་བྱར་མེད་པས་སོ། །  
 གཞན་གཞུགས་དང་དྲི་རོ་རེག་བྱ་ལ་བྱང་བ་རྣམ་པ་གསུམ་ཀ་ཡོད་དེ།  
 རྣམ་སྤྲིན་སྦྱོས་ནི་ཟིན་པ་འི་ཆ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ལ། བྱང་བ་གཞན་གཉིས་ནི་  
 ཟིན་མ་ཟིན་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་དམིགས་བསལ་ནི། རྟག་པ་འི་  
 རྣམ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆོས་ཁམས་གཅིག་སུ་སྟེ། འདུས་མ་བྱས་ནི་ཆོས་  
 ཁམས་གཅིག་སུས་བསྐྱས་པས་སོ། །རྒྱ་མཐུན་ལས་མ་བྱང་བ་ནི་ཁམས་ཐ་  
 མ་གསུམ་གྱི་ཆ་སྟུག་བསྐྱལ་ལ་ཆོས་བཟོད་གྱི་ཆོགས་པས་བསྐྱས་པ་འོ། །  
 ཡང་ན་རྟག་རྣམ་དང་ལྡན་པ་ནི་གང་། རྒྱ་མཐུན་ལས་མ་བྱང་བ་ནི་གང་ཞེ་  
 བ། རྟག་རྣམ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆོས་ཁམས་གཅིག་སུ། རྒྱ་མཐུན་ལས་མ་བྱང་  
 བ་ནི་སྟུག་བསྐྱལ་ལ་ཆོས་བཟོད་གྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་འི་ཆོགས་པ་ན་ཡོད་པ་ཁམས་  
 ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ཆ་འོ། །འདུས་བྱས་གཞན་ནི་རྒྱ་མཐུན་ལས་མ་བྱང་བ་མེད་  
 དོ། །དྲུག་པ་ཐོབ་པ་འི་བྱང་པར་ནི། གང་མིག་གི་ཁམས་སྤར་མི་ལྡན་པ་  
 ལས་གསར་དུ་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་མིག་ཤེས་ཀྱང་སྤར་མི་ལྡན་པ་ལ་.....  
 གསར་དུ་ཐོབ་པ་མ་ཞེ་ན། མིག་དང་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཁམས་དག་ལ་སོ་  
 སོར་ཐོབ་པ་དང་། ལྡན་ཅིག་དུ་ཐོབ་པ་དང་ཡང་གི་སྒྲས་གཉིས་ཀ་མ་ཐོབ་  
 པ་ཡང་ཡོད་ཅེས་ལུ་བཞིའོ། །ལུ་དང་པོ་ནི་གཞུགས་མེད་ནས་ཆོ་འཕོས་  
 རས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་གྱི་བར་སྤྲིད་དུ་སྦྱོས་པ་ན་མིག་.....  
 གསར་དུ་ཐོབ་ཅིང་མིག་གི་ཤེས་པ་དེ་རྣམས་ནི་མེད་པས་མ་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའོ།  
 ལུ་གཉིས་པ་ནི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་གྱི་གཞུགས་གྱི་ལྡས་འོག་.....  
 སའི་མིག་ཤེས་མངོན་དུ་བྱས་པ་ན་མིག་ཤེས་གསར་དུ་ཐོབ་ལ། མིག་སྤར་





ནས་ཡོད་པས་གསར་དུ་མ་སྐྱོལ་པ་ལྟ་བུའོ། །མུ་གསུམ་པ་ནི་གཟུགས་མེད་  
 རས་ཆེ་འཕྱེས་ནས་འདོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་སྤྱོད་དུ་སྦྱོས་  
 པ་ན་གཉིས་ཀ་གསར་དུ་སྐྱོལ་པ་ལྟ་བུའོ། །མུ་བཞི་པ་ནི་གཟུགས་མེད་ནས་  
 གཟུགས་མེད་དུ་སྦྱོས་པ་ན་གཉིས་ཀ་མི་སྐྱོལ་པ་ལྟ་བུའོ། །བདུན་པ་མེ་ནང་  
 ལ་སྐྱོས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། རང་གི་ཁམས་དང་ཕྱིའི་ཁམས་དུ་ཞེ་ན་རང་གི་  
 ཁམས་བཅུ་གཉིས་ཏེ། གཟུགས་སྐྱོས་ཡུལ་དུ་ག་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མ་  
 རྣམས་སོ། །ཕྱི་ནང་གི་ཁྱད་པར་ལ་སྦྱོམ་ཆེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུ་དང་། བདག་དང་བདག་གི་ཡུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་བཞི་  
 ལས། འདིར་ནི་སྦྱོམ་ཆེད་ཀྱི་ཕྱི་ནང་རྩོད་པོ། །མིག་སྐྱོས་དབང་པོ་ལྟ་ནི་  
 སེམས་ཀྱི་རྟེན་དུ་ཉེ་བས་ནང་རྩོད་པོ། །སེམས་ནི་རང་འདོད་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱི་ནང་ཞེས་བྱའོ། །གཟུགས་སྐྱོས་ཡུལ་དུ་ག་ནི་ཕྱིའི་ཁམས་སོ། །རྟེན་  
 བཅས་དང་དེ་མཚུངས་དུ་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཅིག་དུ་  
 བརྟེན་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 བདག་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་ངེས་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སོ། །ཁམས་ལྷག་མ་བཅུ་  
 བདུན་ནི་དེ་མཚུངས་དང་། ཀྱང་གི་རྟེན་བཅས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་མཚུངས་ཞེས་པ་ཅི་ཞེ་ན། ཁམས་གང་ཞིག་རང་གི་ལས་མི་བྱེད་པ་སྟེ།  
 དེས་ན་གང་རང་གི་ལས་བྱེད་པ་དེ་རྟེན་བཅས་སུ་བཤད་དོ། །དེ་ལ་ནང་གི་  
 ཁམས་དུག་གི་ལས་ནི་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པ་དང་།  
 ཡུལ་གྱི་ཁམས་དུག་གི་ལས་ནི་དབང་པོའི་ཡུལ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་  
 དམིགས་ཡུལ་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དུག་གི་ལས་ནི་དབང་  
 པོའི་བརྟེན་པ་དང་། ཡུལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ལས་དེ་དག་བྱེད་







ཕ་དང་མི་བྱེད་པ་ནི་རྟེན་བཅས་དང་དེ་མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། མི་སྐྱེ་བའི་  
 ཚེས་དེ་མཚུངས་དང་། སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེ་འགྱུར་རྟེན་བཅས་སོ། ཞོད་མ་བ་  
 བྱི་དབང་པོ་དང་པོ་ལྷ་ཁོན་ལ་རྟེན་བཅས་དང་། དེ་མཚུངས་གཉིས་  
 གཉིས་བྱེད་ཀྱི་གཞན་ལ་མ་ཡིན་ནོ། མཐོང་སྤང་དང་། སྦྲོམ་སྤང་དང་།  
 སྤང་བྱ་མིན་པ་དུ་ཞེ་ན། གཟུགས་ཅན་བརྩ་ནི་སྦྲོམ་པས་སྤང་བྱ་ཡིན་ཞིང་།  
 དེར་མ་ཟད་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དང་པོ་ལྷ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཁམས་ཐ་མ་  
 གསུམ་ལ་ནི་མཐོང་སྤང་དང་སྦྲོམ་སྤང་དང་སྤང་བྱ་མིན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་...  
 ཀལྡོད་དོ། །དེ་ལ་ཕྱ་རྒྱས་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བརྒྱད་ཐོབ་པ་དང་བཅས་པ་ནི་  
 མཐོང་སྤང་སྟེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཟག་བཅས་ནི་སྦྲོམ་སྤང་དོ། །ཟག་  
 མེད་ནི་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའོ། །གནས་མ་བུའི་སྟེ་བ་དག་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་དང་  
 ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ལུས་ཀྱི་ལས་དང་དག་གི་ལས་ཀྱང་མཐོང་སྤང་ཡིན་  
 ཏེ། མཐོང་ལམ་སྐྱེས་པ་ན་དེ་དག་བརྒྱུག་པས་སོ་ཞེ་ན། སོ་སྐྱེ་ནི་མཐོང་  
 སྤང་མ་ཡིན་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་དགོ་བ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དགོ་རྩ་ཆད་པ་ལ་ལྷན་པའི་ཕྱིར། མི་དགོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་  
 ཞོད་མར་སྐྱེས་པ་ལ་ལྷན་པའི་ཕྱིར། ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ལུས་དག་གི་  
 ལས་ཀྱང་མཐོང་སྤང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུག་པ་ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་ཤེས་མིན་པ། སྦྲོ་ལའི་རྣམ་ཤེས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡང་མཐོང་སྤང་མ་ཡིན་  
 ཏེ། བདེན་པ་ལ་ལོག་པར་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར། འདིར་བྲལ་ལ་མ་སྤངས་པ་  
 དང་། སྤངས་ཀྱང་མ་བྲལ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་གཉིས་ཀ་མ་  
 ཡིན་པ་སྟེ་ལུ་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ན་སོ་སྐྱེ་ལྟ་བུའོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། དག་བཅོམ་བའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་





ནི། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ན་མཐོང་སྤང་ལྟ་བུའོ། །བཞི་པ་ནི་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་དག་གོ། །ལྟ་བ་དང་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པ་རུ་ཞེན། །ལྟ་བ་ནི་མིག་གི་ཁམས་དང་ཆོས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲུགས་གཅིག་ནམ་པ་བརྒྱད་ནི་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱད་གང་ཞེན། །འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་སོགས་ལྟ་དང་། །འཇིག་རྟེན་པ་དང་། །སྟོབ་པ་དང་མི་སྟོབ་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའོ། །ལྟ་མ་ཁམས་སྤྱད་དང་བརྒྱབ་རུ་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཡིད་ཤེས་དང་མཆོངས་ལྟ་ཁོ་ན་ལྟ་བ་ཡིན་གྱི། །སྟོ་ལྟའི་ནམ་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཞེན། །ནམ་ཤེས་དང་པོ་ལྟ་དང་མཆོངས་ལྟ་རུ་སྟེས་པའི་སྟོ་ཆོས་ཅན། །ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཡུལ་ལ་ངེས་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །འོ་ན་མིག་ཀྱང་ལྟ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། །མིག་ནི་རྟོག་པར་བྱེད་པས་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ཀྱང་། །གཟུགས་ལ་བལྟ་བའི་ཆོན་ས་ལྟ་བ་སྟེ། །མིག་གི་གཟུགས་ནམས་མཐོང་ངོ་། །མིག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ངམ་ཞེན། །མ་ཡིན་ཏེ། །ནམ་ཤེས་རྟེན་པ་དང་བཅས་པ་ཁོ་ནས་མཐོང་ངོ་། །འོ་ན་མིག་ལ་བརྟེན་པའི་ནམ་ཤེས་ཁོ་ནས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེན། །མིག་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ནམ་ཤེས་ཁོ་ནས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །གང་གི་ཕྱིར་ཞེན། །ཅིག་པ་ལ་སོགས་པས་བར་རུ་ཆོད་པའི་གཟུགས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པའི་……སྟེན། །ནམ་ཤེས་ཁོ་ནས་མཐོང་ན་ཐོགས་མེད་ཡིན་པས་གཟུགས་སྟོབ་པའང་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ། །འོ་ཞེས་པ་མདོ་སྟེ་པ་ནམ་ཤེས་ཁོ་ནས་མཐོང་བར་འདོད་པ་འཐད་པར་སྟོན་པའོ། །ཅི་མིག་གཅིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་ངམ་འོན་ཏེ་གཉིས་ཀས་མཐོང་ཞེན། །མིག་ནི་གཉིས་ཀ་དག་གིས་ཀྱང་མཐོང་སྟེ། །གཉིས་ཀ་སྟེ་ན་གསལ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །





དཔེར་ན་ཁང་པ་གཅིག་ཏུ་མར་མེ་གཉིས་བྱས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་བཞིན་...  
 མོ། །ཀྱང་གིས་གཅིག་གིས་ཀྱང་མཐོང་བར་བསྟན་ཏོ། །ཅི་དབང་པོ་དྲུག་  
 གིས་ཡུལ་སྤང་པ་ཞིག་འཛིན་ནམ། འོན་ཏེ་མ་སྤང་པར་འཛིན་ཞེ་ན། མིག་  
 དང་ཡིད་དང་རྣ་བ་གསུམ་ནི་ཡུལ་དང་མ་སྤང་པར་འཛིན་ལ། ཁ་གཅིག་  
 བོ། རྣ་བས་སྤང་ནས་ཀྱང་འཛིན་པར་འདོད་དོ། །སྣ་ཁྱེ་ལུས་གསུམ་ནི་མ་  
 སྤང་པ་ལས་གཞན་ཡུལ་དང་སྤང་ནས་འཛིན་མོ། །ཅི་དབང་པོ་དྲུག་ཡུལ་  
 མཉམ་པའམ་འོན་ཏེ་མི་མཉམ་པ་ཞིག་འཛིན་ཞེ་ན། སྣ་སོགས་གསུམ་གྱིས་  
 བོ་དབང་པོའི་རྒྱལ་སྤན་རི་སྟེང་པའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་མཉམ་པར་འཛིན་པར་...  
 འདོད་དེ། སྤང་ནས་འཛིན་པའི་ཕྱིར། མིག་སྣ་གཉིས་ནི་ཡུལ་མཉམ་པར་  
 མ་རེས་ཤིང་ཡིད་ནི་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཡུལ་ལ་མི་གནས་བའི་ཕྱིར།  
 རྒྱལ་དེ་ལྟར་མི་དཔྱད་དོ། །གལ་ཏེ་དབང་པོས་ཡུལ་སྤང་ནས་འཛིན་པ་མི་  
 འཐད་དེ། རྒྱལ་འདུས་པ་རྣམས་ནི་བསྐྱར་བ་བར་བཅས་ཡིན་པས་ཕན་  
 ཚུན་སྤང་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རྒྱལ་ཕན་ཚུན་འདབ་ཏེ་བ་ལ་སྤང་པའི་  
 བ་སྟངས་བཤོ། །ཕན་ཚུན་རེག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེ་བྲག་པས་རྒྱལ་  
 རྣམས་སྤང་ནས་རགས་པ་ཚོམ་པར་འདོད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྦྱོན་ཡོད་པས་  
 སོ། །ཕན་ཚུན་མ་རེག་པར་བར་སྟོང་དང་བཅས་པ་ནི་རང་གི་གྲུབ་མཐའོ། །  
 འོན་རྒྱལ་རྣམས་ཕན་ཚུན་སོ་སོར་འགྲེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་  
 ཏེ། རྒྱུད་གིས་བསྐྱམས་པའི་ཕྱིར། འོན་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བར་ཡང་འགྱུར་  
 ཏེ་བར་དུ་རྒྱུད་ཞུགས་པའི་ཕྱིར། བར་སྐྱང་ལ་ཐལ་བ་གཏོར་བ་བཞིན་མོ། །  
 ཞེ་ན། རྒྱུད་ནི་གཉིས་ཏེ། འཛིན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་དང་འཐོར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་  
 གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི་བསྐྱལ་པ་ཆགས་པའི་དུས་རྒྱུད་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་





བསྐལ་པ་འཇིག་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུང་ལྷ་བྱ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་  
 རོ། །ཅི་ཆམ་ཤེས་བྱ་གཞི་ནང་ནས་དང་པོ་ལྟེན་ཡུལ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་ལ། བ་  
 མའི་ཡུལ་རྒྱུས་གསུམ་ཡིན་པ་ལྟར་རྟེན་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། བ་མ་ཡིད་ཀྱི་ཆམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ནི་འགགས་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཡིན་  
 པས་འདས་པ་ཁོ་ན་དང་སྒྲིལ་ནས་ཤེས་དེ་དག་ཆམས་ཀྱི་རྟེན་ནི་སྟན་.....  
 ཅིག་སྟེས་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ལ། འད་གི་སྟེས་འདས་པའི་ཡིད་ཀྱང་བདག་  
 རྟེན་ཞེས་སོ། །ཆམ་ཤེས་སྟེ་བ་ཡུལ་དབང་གཉིས་ཀ་ལ་རག་ལས་པ་མ་ཡིན་  
 ནམ་མིག་ལ་སོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་རྟེན་ཞེས་བྱའི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་  
 བཟོད་པ་ཅི་ཞེན། རྟེན་མིག་དབང་སོགས་དེ་དག་གསལ་མི་གསལ་རྒྱ་  
 གུར་པས་ཆམ་ཤེས་གསལ་མི་གསལ་རྒྱ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། མིག་ལ་སོགས་པ་  
 ནི་ཆམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ལ། གཟུགས་སོགས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་རྟེན་རྒྱ་  
 མ་བཤད་དོ། །ཡང་གཟུགས་ཀྱང་ཤེས་ན་གཟུགས་ཤེས་ཞེས་མི་བཟོད་པར་  
 མིག་ཤེས་ཞེས་བཟོད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེན། རྟེན་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དང་  
 གཟུགས་ནི་ཡིད་དང་དབང་ཤེས་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་ཡུལ་དང་གང་....  
 ཟག་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་མཐོང་བྱ་ཡིན་པས་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ལ། མིག་  
 སོགས་དབང་པོ་ཆམས་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་  
 མིག་སོགས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་ཆམ་ཤེས་ཀྱི་བ་སྟོད་བསྟན་ལ།  
 གཟུགས་སོགས་ཡུལ་གྱི་སྒྲིལ་ནས་མ་བསྟན་ཏེ། རའི་སྒྲིལ་དང་ནས་ཀྱི་ཐུ་བྱ་  
 བཞེན་ནོ། །ལུས་གང་ལ་གནས་ཏེ་མིག་གིས་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་ནི་ཅི་ལུས་  
 དང་མིག་དང་གཟུགས་དང་ཆམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཆམས་ས་གཅིག་པ་ཁོ་ན་...  
 ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་གཞན་གྱི་ས་པ་ཡང་ཡིན་ཞེན། ས་གཅིག་པ་དང་མི་





གཅིག་པ་ཅི་རིགས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་ལྷས་དང་མིག་དང་གཟུགས་གསུམ་  
 བྱི་འདྲོད་པ་དང་བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་པ་ཡིན་པས་ས་ལྔ་པ་འོ། །མིག་གི་  
 ལྷ་ཤེས་བྱི་འདྲོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ས་པ་ཡིན་པས་  
 ས་གཉིས་པ་ཅན་འོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ན་མེད་དེ། རྟོག་  
 དང་དཔྱད་དང་བཅས་པ་ནི། ལྷ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལྔ་ཡིན། ཞེས་  
 པ་ལྟར་མིག་ཤེས་བྱི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡན་  
 ཆད་ན་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོག་མ་འོག་མའི་ལྷས་ལ་  
 ཞོང་མ་ཞོང་མའི་མིག་བརྟེན་ཏེ། འདྲོད་པའི་ལྷས་ལ་ས་ཞོང་མ་བཞི་ཀའི་  
 མིག་བསྐྱབ་ཏུ་རུང་བ་ལྟ་བུ་འོ། །ཞོང་མའི་རྟེན་ལ་འོག་མའི་མིག་མི་བརྟེན་  
 ཏེ། རང་ས་ལ་མིག་མཆོག་ཡོད་པས། འོག་མའི་མིག་མངོན་ཏུ་བྱེད་པ་ལ་  
 དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཞོང་མའི་ལྷས་ལ་འོག་མའི་ལྷ་ཤེས་  
 གུང་མི་བརྟེན་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ན་རང་  
 སས་བསྐྱབ་པའི་མིག་ཤེས་མེད་པས་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་ན་འོག་ས་བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་མིག་ཤེས་མངོན་ཏུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞོང་མའི་ལྷས་  
 ལ་འོག་མའི་མིག་ཤེས་བྱི་བརྟེན་འོ། །ཞོང་མ་ཞོང་མའི་མིག་གིས་འོག་མ་  
 འོག་མའི་གཟུགས་མཐོང་ལ། འོག་མའི་མིག་གིས་ཞོང་མའི་གཟུགས་མི་  
 མཐོང་སྟེ། འོག་མའི་མིག་རགས་ཤིང་ཞོང་མའི་གཟུགས་ཕྱ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཆོག་གི་དོན་ནི་ཞོང་མའི་ལྷས་ལ་འོག་མའི་མིག་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་ས་ན་མིག་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འོག་མའི་མིག་གིས་ཞོང་  
 མའི་གཟུགས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འོག་སའི་མིག་དཔན་ཅིང་ཞོང་སའི་  
 གཟུགས་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིས་ཤུགས་ལ་ཞོང་སའི་མིག་གིས་འོག་





སའི་གཟུགས་མཐོང་བར་བསྟན་རྟོ། །གོང་སའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དག་ཀྱང་འོག་མའི་མིག་ལ་མི་བརྟེན་རྟེ། སེང་གའི་འོ་མ་སྔོན་ངན་པ་ལ་  
 རྟེན་མི་རུང་བ་བཞིན་ནོ། །འདིས་ཤུགས་ལ་འོག་མའི་མིག་ཤེས་གོང་མའི་  
 མིག་ལ་བརྟེན་པར་བསྟན་རྟོ། །རྣམ་ཤེས་དེའི་ཡུལ་གཟུགས་ནི་རང་ས་  
 དང་གོང་ས་དང་འོག་ས་ཐམས་ཅད་དེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་མིག་ཤེས་...  
 གྱི་ཡུལ་རུ་ས་གོང་འོག་གི་གཟུགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །འོ་ན་  
 འོག་མའི་མིག་གིས་གོང་མའི་གཟུགས་མི་མཐོང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་  
 སྟམ་ན། མི་འགལ་རྟེ། མིག་ཤེས་དམན་ཡང་མིག་མཚོག་ལ་བརྟེན་པའི་  
 ཕྱིར་མཐོང་བར་རྟུས་རྟེ། མི་ཕལ་པས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ལ་བརྟེན་ན་བྱ་བ་  
 ལྟོབས་ཅན་འགྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །ལྷས་རྟེན་ཁོག་པ་ཡང་གཟུགས་དང་རྣམ་  
 ཤེས་གཉིས་ཀ་གོང་འོག་དང་རང་ས་ཐམས་ཅད་གྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་...  
 རྟེན་རུ་རུང་སྟེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ལྷས་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་གཟུགས་དང་འདྲ་ཁམས་གྱི་.....  
 གཟུགས་དང་། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་གྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་  
 རྟེན་དང་། ཡང་འདྲ་བའི་ལྷས་ནི་རང་སའི་རྣམ་ཤེས་དང་། བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་གཟུགས་མཐོང་བའི་རྟེན་བྱེད་ལ་བསམ་.....  
 གཏན་གཉིས་པ་སོགས་གྱི་ལྷས་ནི་འོག་ས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་རྣམ་ཤེས་  
 གྱི་གཟུགས་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་མཐོང་བའི་རྟེན་རུ་རུང་བ་ལྟ་བུའོ། །  
 མིག་ལ་ངེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་རུ་རྣ་བ་ལ་ཡང་སྤྱར་རྟེ། ལྷས་ལ་འོག་  
 མའི་རྣ་བ་མིན། རྣ་བས་གོང་མའི་སྤྲེལ་ཡིན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་འང་སྤྲེལ་  
 འདི་ཡི། ལྷས་ཀྱི་འང་གཉིས་ཀ་ཐམས་ཅད་རུ། ཁིས་སོ། ལྷ་ལྷེ་ལྷས་གསུམ་





དག་ནི་རྟེན་དང་དབང་པོ་དང་ཡུལ་དང་ཆམ་ཤེས་བཞི་པོ་ཐམས་ཅད་.....  
 རང་གི་ས་པ་ཉིད་དེ། ཞེས་སྤྱིར་བསྟན་ནས་དམིགས་བསལ་ལ་ལྟས་ཀྱི་  
 ཆམ་ཤེས་ཁ་ཅིག་ནི་རང་གི་ས་པ་ཡིན་ཏེ། འདྲོད་པའི་ཁམས་དང་བསམ་  
 གཏན་དང་པོར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟས་ཤེས་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་འོག་མའི་  
 ས་པ་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་དུ་རེག་བྱ་རེག་པའི་ཆོ།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ལྟས་ཤེས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡིད་ནི་ས་མ་  
 དེས་ཏེ། དེས་འགའ་ནི་ལྟས་དང་ཆམ་ཤེས་དང་ཡུལ་ཆོས་དང་ས་མཚུངས་  
 ལ། དེས་འགའ་ནི་ས་གོང་མའི་ས་པ་དང་། འོག་མའི་ས་པ་ཡིན་ཏེ། ས་ལྔ་  
 པོའི་ལྟས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྟོམས་པར་འརྱལ་པ་དང་སྐྱེ་བའི་ཆོ་ཡིད་ཀྱིས་ས་གོང་  
 འོག་ཐམས་ཅད་དུ་མཚམས་སྦྱར་བས་སོ། །ཁམས་རྣམས་རྣམ་ཤེས་གང་  
 གིས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། གཟུགས་སྟགས་མྱེའི་ཡུལ་ལྔ་ནི་རྣམ་ཤེས་  
 གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
 དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་ཡིན་པས་སོ། །ཁམས་རྣམས་  
 ལས་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་དུ་ཞེ་ན། ཆོས་ཁམས་ཀྱི་རྟུགས་གཅིག་འདུས་  
 མ་བྱས་གསུམ་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ལ། ཁམས་ལྷག་མ་བྱེད་དང་བཙོ་བརྒྱད་ནི་  
 མི་རྟག་པའོ། །ཁམས་རྣམས་ལས་དབང་པོ་དང་དབང་པོ་མིན་པ་དུ་ཞེ་ན།  
 ཆོས་ཁམས་ཀྱི་བྱེད་སྟོན་དང་ཆོར་བ་ལྔ་དང་། དད་སྟགས་ལྔ་དང་དབང་  
 པོ་ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ཆ་རྣམས་དང་ཁམས་གང་དག་ནང་གི་ཁམས་སྤྱི་བཤད་  
 པ་བརྟུ་གཉིས་པོ་དབང་པོ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སྟགས་པ་རང་མིང་གི་སྟོས་པ་  
 ལྔ་དང་། ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་དང་། སེམས་ཀྱི་ཁམས་བདུན་དང་། ལྟས་ཀྱི་  
 རྟུགས་གཅིག་པོ་དབང་དང་མོ་དབང་ངོ་། །ལྷག་མ་གཟུགས་སྟགས་མྱེའི་





ཁམས་ལྷ་དང་། ཆོས་ཁམས་ཀྱི་བྱེད་ནི་དབང་པོ་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ། །  
 ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས་ཁམས་བསྟན་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་གནས་དང་པོའི་བཤད་པའོ། །

### གནས་གཉིས་པ་དབང་པོ་བསྟན་པ་བཤད་པ།

ཁམས་བསྟན་པའི་མཐར་དབང་པོ་ཞེས་སྒྲིབ་པའི་དོན་བསྟན་པ་ལ་.....  
 གསུམ་སྟེ། དབང་པོའི་རང་བཞིན། འདུས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ཚུལ། རྩ་རྩེན་འབྲས་  
 སུ་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབང་པོ་སྔ་སྔར་ངོས་བཟུང་བ།  
 རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལྷག་པར་དབང་བྱེད་པ་ནི་  
 དབང་པོའི་དོན་ལོ། །གང་ཞིག་གང་ལ་དབང་བྱེད་ཅེན། མིག་སྟགས་  
 དབང་པོ་ལྷ་པོ་རྣམས་ནི་རྟེན་མངོས་པ་དང་། ལུས་བསྐྱུང་པ་དང་། རང་  
 རང་གི་རྣམ་ཤེས་སྦྱེད་པ་དང་། རང་རང་གི་ཡུལ་འཛིན་པ་སྟེ། དོན་བཞི་  
 བཞི་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །སྔོན་མའི་དབང་པོ་གཉིས་དང་སྟོག་ཡིད་གཉིས་ཏེ་  
 བཞི་ནི་དོན་གཉིས་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་དེ། སྔོན་མའི་དབང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་  
 ནི་འདི་ནི་སྔོན་མའི་ནི་སྔོན་མའི་ཞེས་སེམས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་དང་། དབྱེབས་  
 དང་ང་རོ་ལ་སྟགས་པ་སེམས་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །སྟོག་གི་  
 དབང་པོས་ནི་རིགས་མཐུན་སྟེ་བྱེ་མཆོམས་སྦྱར་དང་། རིགས་མཐུན་  
 གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད། ཡིད་ཀྱི་དབང་པོས་ནི་སྟིང་པར་ཉིང་མཆོམས་  
 སྦྱར་བ་དང་། ལུས་ངག་གི་ལས་ཡིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འཇུག་པ་ལ་  
 དབང་བྱེད་པས་སོ། །ལོ་ཞེས་པ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྲ་བའི་འདོད་ཚུལ་མི་འཐད་  
 པར་སྟོན་པའོ། །བདེ་སྟགས་ལྷ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལ་དབང་བྱེད་  
 དེ། ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་། ལྷག་







བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དག་ལས་ཞི་སྤང་དང་། བཏང་སྟོམས་ལས་  
 གཏི་མུག་འཕེལ་བར་གསུངས་པས་སོ། །དད་སོགས་ལྟ་དང་དབང་པོ་ཐ་  
 མ་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམས་ནི་རྣམ་བྱང་ལ་དབང་བྱེད་དེ། བྱེ་བྲག་རྩ་  
 གླ་བའི་འདོད་ཚུལ་ལོ། །མདོ་སྟེ་པའི་འདོད་ཚུལ་ནི། རང་རང་གི་དོན་ལ་  
 དམིགས་པ་དང་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པར་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
 རང་གི་དབང་པོ་རྩལ་སྟེ་ལྷག་པར་དབང་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཕྱི་དོན་ནི་  
 དབང་པོ་མིན་ནོ། །པོ་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་གྱི་ང་རོ་གསང་མཐོབ་པ་དང་གཡོ་  
 བ་དང་མོ་ལ་སེམས་པ་དང་། མོ་ཉིད་དེ་ལས་སྟོག་པའི་ང་རོ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དབང་པོའི་རིག་བྱ་འཛིན་པས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་  
 ལས་ཐ་དད་མེད་ཀྱང་པོ་དབང་དང་མོ་དབང་དག་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
 རིགས་མཐུན་དུ་གནས་པ་དང་སྤར་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པའི་མགོ་གཞོན་ཅིང་ལམ་འདྲེན་པས་རྣམ་བྱང་ལ་དབང་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་རིམ་པ་བཞིན་སྟོག་དང་ཚོར་བ་ལྟ་རྣམས་དང་དད་སོགས་དབང་པོ་  
 ལྟར་འདོད་དོ། །དང་པོ་མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་།  
 ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་རང་རང་གི་གོང་མ་འཐོབ་པ་དང་།  
 ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོས་ཐུང་འདས་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་། སོགས་  
 པས་རིམ་པ་བཞིན་མཐོང་སྤང་དང་སྟོམ་སྤང་སྟོང་བ་དང་མཐོང་ཚོས་ལ་  
 བདེ་བར་གནས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་དང་། ཀུན་  
 ཤེས་པ་དང་། ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ལོ། །དེ་བཞིན་ཞེས་པ་ཟག་  
 མེད་གསུམ་ཡང་སོ་སོར་དབང་པོ་ཡིན་པར་བསྟན་ཏོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དབང་  
 པོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཤིན། བྱེ་བྲག་རྩ་གླ་བ་ལྟར་ན་སེམས་ཀྱི་





རྟེན་ལ་བསྟོས་ནས་མིག་སྟགས་དབང་པོ་དུག་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །པོ་མོའི་  
 དབང་པོས་ནི་རྟེན་སེམས་ཅན་དེའི་བྱེ་བྲག་འབྱེད་ལ། སྟག་གིས་ནི་སེམས་  
 ཅན་དེ་གནས་པར་བྱེད་དོ། །དབང་པོ་དགུ་པོ་འདི་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་གཞིའོ། །ཆོར་  
 བ་ལྡས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་བྱེད་དོ། །དང་  
 སྟགས་ལྡས་རྣམ་བྱང་གི་ཆོགས་གསོག་པར་བྱེད་དོ། །དབང་པོ་ཐ་མ་  
 གསུམ་གྱིས་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་པས་དབང་བསྐྱར་བྱ་ངེ་སྟེད་པ་ལ་...  
 བསྟོས་ནས་དབང་པོ་དག་ཀྱང་དེ་སྟེད་རུ་འདོད་དེ། བྱེ་བྲག་སྟེ་བའི་  
 ལྷགས་བསྟན་ཏོ། །མདོ་སྟེ་བའི་ལྷགས་འཆད་པས་ན་ཡང་ན་ཞེས་སྟོས་ཏེ།  
 འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱོག་བའི་དབང་རུ་བྱས་ནས་...  
 དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་སུ་བཤད་དེ། འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྟེན་ལ་  
 བསྟོས་ནས་མིག་སྟགས་དབང་པོ་དུག་གོ། །སེམས་ཅན་སྟེ་གནས་སུ་སྟེ་བར་  
 བྱེད་པ་ལ་བསྟོས་ནས་པོ་མོའི་དབང་པོ་གཉིས་དང་། སྟེས་པ་གནས་པར་  
 བྱེད་པ་སྟོག་དང་། ལུལ་ལ་ཉེར་བར་སྦྱོད་པ་ཆོར་བ་ལྟེ། འཁོར་བར་  
 འཇུག་པའི་སྟོགས་ལ་དབང་པོ་བརྟུ་བཞིའོ། །འཁོར་བར་འཇུག་པའི་  
 སྟོགས་ལ་དབང་པོ་བཞག་པ་དེ་བཞིན་རུ་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱོག་པ་ལ་ཡང་...  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་པོ་ལས་གཞན་རྣམ་པར་བྱང་བའི་དབང་པོ་  
 རྣམས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཟུང་འདས་ཀྱི་རྟེན་དང་སྟགས་ལྟ་དང་།  
 དང་པོར་ཟག་མེད་སྟེ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་དང་། རྟེན་  
 གནས་པར་བྱེད་པ་ཀུན་ཤེས་པ་དང་། རྣམ་གྲོལ་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོད་  
 པར་བྱེད་པ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་བྱང་ལ་





དབང་བྱེད་པའི་དབང་པོ་བརྒྱད་དོ། །དབང་པོ་འགའ་ཞིག་བཤད་ཟིན་  
 ཅིང་། འགའ་ཞིག་ཕྱིས་འཆད་པར་འགྱུར་བས་འདིར་དབང་པོ་བརྒྱད་  
 འཆད་པ་ལས། ཚེར་བ་ལྷ་སོ་སོའི་ངོ་བོ་ནི་ལྷས་ནི་འདིར་དབང་པོ་  
 གཟུགས་ཅན་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཚེར་བ་སེམ་པ་མ་ཡིན་པར་གཞི་  
 པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་དབང་པོ་འོ། །ལྷས་ཚེར་སེམ་  
 པ་མན་འདོགས་པ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་འོ། །བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་  
 སེམས་ནི་ཡིད་ཤེས་ཏེ་དེའི་འཁོར་གྱི་ཚེར་བ་སེམ་པ་དེ་ནི་བདེ་བའི་དབང་  
 པོ་སྟེ། དགའ་བ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཡིད་བདེ་བ་མ་ཡིན་ལ།  
 སྒོ་ལའི་ལྷ་མ་ཤེས་མེད་པས་ལྷས་ཚེར་ནི་མེད་དོ། །མདོ་སྤེལ་པ་ནི་དེ་ལྷས་ཚེར་  
 དང་། ཉན་སར་ཚེར་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའི་བདེ་བར་བཤད་དོ། །  
 བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལས་གཞན་འདོད་པ་དང་བསམ་གཏན་འོག་མ་.....  
 གཉིས་ན་སེམས་ཚེར་སེམ་པར་ལྷོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིད་བདེ་བའི་.....  
 དབང་པོ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་ཚེར་བ་སེམ་པ་མ་ཡིན་པ་གདུང་བར་ལྷོང་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིད་མི་བདེ་བའི་དབང་པོ་འོ། །བཏང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་  
 ནི་སེམ་གདུང་བར་མ་ལྷོང་བའོ། །འདི་ནི་སེམ་གདུང་གི་རིས་སྤུམ་ཆད་  
 པའི་དོན་ནོ། །ལྷས་སེམས་གང་གི་བར་མ་ཡིན་ཞེན་གཉིས་ཀའི་བར་མའོ། །  
 གཉིས་ཀའི་ཡིན་ན་དབང་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་བ་ཅི་ཞེན། མི་རྟོག་པ་ཁོ་ནར་  
 ངང་གིས་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བཏགས་གཞི་  
 དད་སོགས་ལྷ་དང་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་དང་བཏང་སྟོམས་དང་གཙོ་བོ་....  
 ཡིད་བྱེད་དགུ་པོ་ཅི་རིགས་པ་ལ་དབང་པོ་བྱེ་མ་གསུམ་འཛོག་སྟེ། མཐོང་  
 ལམ་ལ་བདེན་བཞི་སྤར་མངོན་སུམ་དུ་མི་ཤེས་པ་བྱེད་པ་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱ་





བ་ལ་ཞུགས་པས་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ལ། སྒྲིམ་ལམ་ལ་  
 བདེན་བཞི་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བྱེད་གོམས་པར་བྱེད་པས་ཀུན་ཤེས་པའི་  
 དབང་པོ་དང་། མི་སྒྲིབ་ལམ་ལ་བདེན་པ་ཀུན་ཤེས་པའི་ཟད་པ་དང་མི་སྒྲིབ་  
 བ་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པས་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ལོ། །མངོན་པ་གོང་  
 མ་བ་ནི། གོང་མ་གཉིས་ལ་ཡིད་མི་བདེ་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་པས་དབང་  
 པོ་བརྟུལ། །ས་མཆོམས་ལ་བསྐྱབ་པ་ལས། ཆོགས་ལམ་ནས་ཀྱང་ཡོད་པར་  
 བཤད་ལ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་ཐོག་མ་སྒྱུར་ལམ་ནས་འཛིན་ཅིང་འདིར་.....  
 མཐོང་ལམ་ཁོ་ན་ནས་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་དབང་པོ་གཏན་ལ་  
 དབབ་པ་ལ་ལྷ་སྟེ། རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་བསྟན་པ་དང་། ཇི་ལྟར་རྟོག་པའི་  
 རྒྱལ་དང་། ཇི་ལྟར་གཏོང་བའི་རྒྱལ་དང་། འབྲས་བུ་དབང་པོ་དུས་ཐོབ་  
 པ་དང་། དབང་པོའི་ལྡན་རྒྱལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་  
 ལས། ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་དུ་ཞེ་ན། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་སོགས་ཐ་མ་  
 གསུམ་ནི་དྲི་མ་མེད་པ་སྟེ་ཟག་མེད་ཁོ་ན་ལོ། །དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་  
 བརྟན་དང་སྒྲིག་དབང་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་སྟེ་བརྟུལ་པོ་ནི་.....  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཁོ་ན་ལོ། །དད་སོགས་ལྷ་དང་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་  
 དང་བཏང་སྒྲོམས་དང་ཡིད་དེ་དགུ་ལ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གཉིས་ཀྱི་ཡོད།  
 མངོན་པ་གོང་མ་བ་ནི་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་ལ་ཡང་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་.....  
 གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །ཆོགས་སྒྱུར་ན་ཡོད་པ་ཟག་བཅས་དང་མཐོང་  
 ལམ་ན་ཡོད་པ་ཟག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་དག་ལས། རྣམ་  
 པར་སྒྲིན་པ་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་པ་དུ་ཞེ་ན། སྒྲིག་ནི་མཐའ་  
 གཅིག་དུ་རྣམ་སྒྲིན་ནོ། །འོ་ན་དགུ་བཙམ་པ་སྐྱེ་ཆེད་གཏོང་འཛིན་བྱེད་





པའི་སྲིག་དེ་གང་གི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་དགེ་འདུན་ལ་ཆོས་གོས་  
 དང་ལྷུང་བཟེད་ལ་སོགས་པ་ལུལ་བའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཆེ་འདིར་སྤྲིན་.....  
 པའོ། ཞེས་དང་། གཞན་དག་ནི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མའི་ཆེ་ལྷག་ཡོད་པ་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་གྱི་མཐུས་དྲངས་པས་སྤྲ་མའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ལྷག་མར་བཞེད་དོ། །  
 བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲིགས་ནི། དག་བཙམ་པ་རྣམས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
 མཐུས་གནས་པ་ཡིན་པས། དེའི་སྲིག་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །  
 ཆེའི་འདུ་བྱེད་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པ་ནི་གཞན་ལ་པན་པའི་དོན་ནོ། གནས་ནི་  
 སྤྲིང་གསུམ་དག་ཏུའོ། འདྲ་བཙམ་པ་གང་གིས་སྐྱེ་བའོ་གཏོང་འཛིག་བྱེད་  
 ཅེ་ན། མིའི་རྟེན་ཅན་གྱི་དག་བཙམ་བསམ་གཏན་རབ་མཐའ་ཐོབ་པ་དག་  
 གིས་ཏེ། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མངའ་བ་རྟེས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་བཙམ་ལྷན་  
 འདས་གྱིས་སྲིག་གི་འདུ་བྱེད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཆེའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་ཞེས་་་  
 གསུངས་ན་ཆེ་དང་སྲིག་གི་ཁྲད་པར་ཅི་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་ཁྲད་པར་མེད་  
 དེ། སྲིག་གི་དབང་པོ་གང་ཞེ་ན། ཁམས་གསུམ་པའི་ཆེའོ་ཞེས་འབྱུང་བས་་་  
 སོ་ཞེས་འདོད་འགའ་ཞིག་ནི་ཆེ་ནི་སྤྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན། སྲིག་ནི་  
 ད་ལྟར་གྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཞེས་འདོད་དེ། སྤང་པོ་སྤྲད་ཅིག་སྤྲེ་  
 རྒྱན་མ་ཆད་པར་རིགས་མཐུན་དུ་གནས་པ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་དག་ཡིན་ལ།  
 ལས་ཀྱི་མཐུས་ལོ་སྤུམ་ཅུའམ་བརྒྱའམ་ཞེས་སོགས་གནས་པའི་དུས་ངེས་པ་་་  
 ནི་སྲིག་གི་འདུ་བྱེད་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པས་སོ། བཙམ་ལྷན་འདས་  
 གྱིས་ཁྱེ་བ་གསུམ་དུ་སྐྱེ་བའོ་འདུ་བྱེད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན།  
 རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་ལ་མངའ་བ་རྟེས་པར་བརྟན་པའི་ཕྱིར་དོ། བྱི་བྲག་སྤྱོད་  
 བ་ནི་སྤང་པོའི་བདུད་ལས་རྒྱལ་བར་བརྟན་པའི་དོན་ནོ་ཞེས་འདོད།





དབང་པོ་བརྩ་གཉིས་ལ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་དང་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་མ་ཡིན་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དེ། བརྩ་གཉིས་གང་ཞེ་ན། ཐ་མ་བརྒྱད་དགེ་བ་ཁོ་ན་དང་  
 ཡིད་མི་བདེ་དགེ་མི་དགེ་གང་རུང་དུ་ངེས་པས་དེ་རྣམས་མ་གཏོགས་པའི་  
 ལྷག་མ་རྣམས་ཏེ། གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་ཡིད་དང་ཚཱ་བ་བཞིའོ། །  
 དབང་པོ་རྣམས་ལས་རྣམ་སྤྲིན་དང་བཅས་མ་བཅས་དུ་ཞེ་ན། ཡིད་མི་  
 བདེ་དེ་གཅིག་སྤྱི་ནི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་སམ་མི་དགེ་བ་ཁོ་ནར་ངེས་པས་.....  
 རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཀུན་སྤྲོད་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཁྱད་  
 པར་གྱིས་དགེ་མི་དགེ་གང་རུང་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པས་ལུང་མ་བསྟན་མེད་....  
 ཅིང་། རྟོག་པས་བསྐྱེད་པས་མཉམ་བཞག་མིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་མེད་ཀྱང་  
 མེད་དོ། །དབང་པོ་བརྩ་རྣམ་སྤྲིན་དང་བཅས་མ་བཅས་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དེ།  
 བརྩ་གང་ཞེ་ན། ཡིད་དབང་དང་། ཚཱ་བ་ཡིད་མི་བདེ་ལས་གཞན་བཞི་  
 དང་། དད་པ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་ལྔའོ། །ལྷག་མ་གཟུགས་ཅན་བདུན་  
 དང་སྟོག་ནི་ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ཅིང་། དབང་པོ་ཐ་མ་གསུམ་ནི་ཟག་མེད་  
 ཡིན་པས་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་སྤྲིན་དང་བཅས་པ་མ་  
 ཡིན་པའོ། །དབང་པོ་རྣམས་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་  
 བསྟན་དུ་ཞེ་ན། དགེ་བར་ངེས་པ་ནི་དད་སོགས་ལྔ་དང་ཐ་མ་གསུམ་སྟེ་  
 བརྒྱད་དོ། །ཡིད་མི་བདེ་ནི་དགེ་མི་དགེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཁོ་ནར་ཁ་ཆེ་བ་  
 འདོད་ལ། གཞན་དག་ནི་ལུང་མ་བསྟན་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །ཡིད་  
 དང་ཚཱ་བ་གཞན་བཞི་ལ་ནི་དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་ཀ་དང་།  
 གཞན་མིག་སོགས་བདུན་དང་སྟོག་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་སྟེ་ལུང་མ་བསྟན་ཁོ་  
 བའོ། །དབང་པོ་རྣམས་ལས་ཁམས་གསུམ་དུ་གཏོགས་པ་དུ་མ་གཏོགས་པ་





དུ་ཞེན། གྲི་མེད་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་བརྩ་དགུ་ནི་འདྲོད་ཁམས་སུ་  
 གཏོགས་སོ། །འཕྲིག་པའི་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་རྟེན་མི་མཛེས་པའི་  
 ལས་སྤངས་པས་སོ་མའི་དབང་པོ་དང་། ལུས་དྲངས་ཤིང་མི་དགེ་བ་  
 སྤངས་པས་རྩ་མཐུན་སྦྲེས་དང་རྣམ་སྟེན་སྦྲེས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། རྩུང་  
 ཞི་གནས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཅིང་ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་ཀྱི་གཞི་མེད་པས་ཡིད་མི་  
 བདེ་བ་སྟེ། དག་ནི་གཉིས་ཆོག་གོ། གྲི་མེད་དང་དེ་བཞི་མ་གཏོགས་པ་  
 བཙུ་ལྷ་ནི་གཟུགས་ཁམས་སུ་གཏོགས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་དབང་པོ་  
 གཟུགས་ཅན་ལྷ་དང་བདེ་བ་དང་ཡིད་བདེ་དག་མ་གཏོགས་པ་སྟོག་ཡིད་་་་  
 བཏང་སྟོམས་དད་སོགས་ལྷ་སྟེ་བརྩུད་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་གཏོགས་སོ། །  
 མཐོང་སྤང་དང་སྟོམ་སྤང་དང་སྤང་བྱ་མིན་པ་དུ་ཞེན། ཡིད་དང་ཆོར་བ་  
 བདེ་བ་ཡིད་བདེ་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ནི་མཐོང་སྤང་དང་མཚུངས་ལྷན་་་་  
 མཐོང་སྤང་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཟག་བཅས་སྟོམ་སྤང་དང་། ཟག་  
 མེད་དག་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །མཐོང་སྟོམ་གཉིས་ཀྱི་  
 སྤང་བྱ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་དང་། གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་། སྟོག་དང་། སྤྱག་  
 བསྐལ་ཏེ་དགུ་ནི་སྟོམ་པས་སྤང་བྱ་ཉིད་དད་སོགས་ལྷ་པོ་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཆ་  
 སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡང་གིས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆ་སྟོམ་སྤང་ངོ་། །ཐ་མ་  
 གསུམ་ནི་སྤང་བྱ་མིན་པ་ཁོ་ནའོ། །ཤོང་མ་བཞི་གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་།  
 ཆོར་བ་ལྷ་དང་སྟོག་ཡིད་གཉིས་ཏེ་བདུན། དེ་ལྟར་བརྩུ་བཞིའི་སྟོགས་ནི་  
 མཐོང་སྤང་དང་། ཐ་མ་གཉིས་པོར་བའི་ཉི་ཤུའི་སྟོགས་གཅིག་སྟོམ་སྤང་  
 དང་། ཡིད་དང་ཡིད་མི་བདེ་པོར་བའི་ཆོར་བ་བཞི་དང་། དད་སོགས་ལྷ་  
 དང་ཀྱན་ཤེས་བྱེད་པ་སྟེ། བརྩུ་གཅིག་གི་སྟོགས་གཅིག་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་





དང་། བ་མ་གཉིས་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་འཆད་དོ། ཁན་སོང་པའི་  
 སྲིག་དང་གཟུགས་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆམས་མཐོང་སྤང་དུ་འདོད་པ་དང་མི་  
 འདོད་པའི་ལྷགས་སོ། གཉིས་པ་རྟེན་ཚུལ་ནི། ཁམས་གསུམ་གང་དུ་ནུ་  
 སྤྱོད་གྱིང་པོའི་དབང་པོ་ཐོག་མར་དུ་ཞིག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྟེན་ཅི་ན། འདོད་  
 པར་རྩུས་སྤྱོད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་གནས་གཞན་གསུམ་གྱིས་ནི་དང་པོར་ནུ་  
 སྤྱོད་གྱིང་པོ་ལུས་སྲིག་གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྟེན་དེ། གཞན་ནུ་མས་ནི་དང་  
 པོར་དེ་གཉིས་དང་ལྷན་ཅིག་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། རེའི་ཆེ་ཡིད་དང་བཏང་  
 སྤྱོད་མས་ཀྱང་རྟེན་མོད་གྱི། ཉིང་མཆོམས་སྤྱོད་པའི་ཆེ་ཡིད་དང་བཏང་  
 སྤྱོད་མས་གཉིས་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་ངེས་པས་ནུ་སྤྱོད་གྱིང་པོ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 བརྩམ་ཏེ་སྤྱོད་བས་ནི་དང་པོར་ནུ་སྤྱོད་གྱིང་པོ་དབང་པོ་གཉིས་ཁོན་ལྷན་  
 ཅིག་ཏུ་རྟེན་པ་མིན་ཏེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྩུས་སྤྱོད་དེ་ཡིས་དུག་གམ་བདུན་  
 ནུ་མ་བརྒྱད་དང་པོར་ལྷན་ཅིག་རྟེན་དོ། རེ་ཡང་བསྐྱེད་པ་དང་པོའི་མི་ལྷ་  
 སུ་མཆོན་མེད་གྱིས་མིག་སྟགས་ལྷ་དང་སྲིག་སྤྱོད་དུག་དང་། འདོད་ཁམས་  
 གྱི་ལྷ་མཆོན་གཅིག་པ་ཡིན་པས་སྤྱོད་པ་དུག་དང་མཆོན་དེ་ཉིད་དེ་བདུན་  
 དང་། ཁན་འགྲོའི་སེམས་ཅན་མཆོན་གཉིས་པ་ནི་སྤྱོད་པ་དུག་དང་མཆོན་  
 གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྟེན་དོ། གཟུགས་ཁམས་ན་མིག་སྟགས་ལྷ་  
 དང་། སྲིག་སྤྱོད་དུག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་རྟེན་དོ། ཁོང་མ་གཟུགས་མེད་པར་ནུ་  
 སྤྱོད་གྱིང་པོ་སྲིག་གཅིག་སུ་དང་པོར་རྟེན་དོ། གསུམ་པ་ནི། ཁམས་  
 གསུམ་གང་དུ་འཆེ་བ་ན་དབང་པོ་དུ་ཞིག་ཐམས་ཅད་གྱི་ཐ་མར་འགག་ཅི་  
 བ། གཟུགས་མེད་དག་ཏུ་འཆེ་བ་ནི། སྲིག་དང་ཡིད་དང་བཏང་སྤྱོད་མས་  
 གསུམ་པོ་ཉིད་ཐམས་ཅད་གྱི་ཐ་མར་འགག་པར་འགྱུར་རོ། གཟུགས་







ཁམས་ན་འཆི་བ་དག་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་མར་དབང་པོ་བརྒྱད་འགག་།  
 རྟེ། གསལ་པོ་དེ་དག་ཉིད་དང་མིག་སྟགས་དབང་པོ་ལྟེ། བརྒྱས་ཏེ་སྟེ།  
 བ་ཐམས་ཅད་ནི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཅིག་ཅར་སྟེ་འགག་བྱེད་དོ།  
 འདོད་པར་ངན་འགྲོའི་རྣམས་སྟེ་མཆོན་གཉིས་པ་ཅིག་ཅར་དབང་པོ་.....  
 འགག་ཅིང་འཆི་བ་ལ་ནི་སྤྲ་མ་བརྒྱད་དང་པོ་མོའི་དབང་པོ་སྟེ་བཅུ་འཕ།  
 མཆོན་གཅིག་པ་ལ་དགུ་འཕ། མཆོན་མེད་པ་ལ་བརྒྱད་ལྟན་ཅིག་འགག་གོ།  
 རིམ་བྱས་འཆི་བ་མངལ་སྟེ་དང་སྤྱོད་སྟེ་ལྟ་བུ་ལ་ནི། ལྷས་དང་སྟོན་  
 ཡིད་བྱང་སྟོན་པ་ཏེ་བཞི་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འགག་གོ། དག་བའི་སེམས་ལ་  
 གནས་ཏེ་འཆི་ན། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་ཏུ་སྤྲ་བྱེད་དབང་པོ་གང་དང་  
 ལྟན་པ་དང་། དད་སྟགས་ལྟ་ཡང་ལྟག་པར་འགག་པར་འགྱུར་ཏེ། དག་  
 བའི་སེམས་དང་ལྟན་པ་ལ་དད་སྟགས་ལྟ་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 བཞི་པ་ནི། དབང་པོའི་སྐབས་སུ་དབང་པོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དཔྱད་པར་  
 བྱ་སྟེ། དག་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་དབང་པོ་དུས་ཐོབ་ཅེ་ན།  
 འབྲས་བུ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དགུས་འཐོབ། ཞེས་འགྱུར་བཅས་ཏེ། འབྲས་  
 བུ་ཐོག་མ་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཐ་མ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་  
 གཉིས་ནི་དབང་པོ་དགུ་དགུས་འཐོབ་སྟེ། དད་སྟགས་ལྟ་དང་ཡིད་དང་  
 བྱང་སྟོན་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དུས་སུ་ཀུན་ཤེས་བྱེད་པ་དང་།  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་དུས་སུ་ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་དགུའོ། རྒྱན་  
 ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཆོར་བ་ནི་བྱང་སྟོན་པ་ཁོ་ནའོ། དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་དད་  
 སྟགས་ལྟ་དང་ཡིད་དང་ཉེར་བསྟོགས་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་





བརྟེན་ན་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་  
 དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ན་ཡིད་བདེ་བ་དང་། གསུམ་པ་ལ་བརྟེན་ན་ཆོར་བ་  
 སེམས་བདེའོ། །བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་རུས་སུ་ཀུན་ཤེས་པ་དང་། རྣམ་  
 སྟོལ་ལམ་གྱི་རུས་སུ་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་སྟེ་དགུས་འཛོལ་བོ། །  
 བར་མ་ཕྱིར་འོང་དང་ཕྱིར་མི་འོང་གཉིས་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་.....  
 ཐོབ་ན་དང་སོགས་ལྟ་དང་། ཡིད་དང་བཏང་སྟོམས་ཏེ་བརྟེན་ན་མ།  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་ན་བརྟེན་པོ་དེ་དག་དང་ཀུན་.....  
 ཤེས་པའི་དབང་པོ་སྟེ་བརྟེན་དམ། ཆགས་བྱལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་གི་  
 འབྲས་སུ་ཡིན་ན། ཟུན་ལྷགས་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་པོ་དགུ་དང་དོན་གཅིག་  
 གོ། །ཆགས་བྱལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་སུ་དབང་པོ་གཞན་  
 བརྟེན་ཟུན་ལྷགས་ཐོབ་བྱེད་དང་འདྲ་ཞིང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་ཡིད་བདེ་  
 བཏང་སྟོམས་གསུམ་ལས་གང་རུང་གཅིག་སྟེ་དགུས་ཐོབ་བོ། །ཆོར་བའི་  
 བྱད་པར་ནི་དགུ་བཅོམ་པའི་སྐབས་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་བསྟན་བཅོས་ལེ་  
 ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ལས། དགུ་བཅོམ་པ་དབང་པོ་བརྟེན་གཅིག་གིས་ཐོབ་པར་  
 བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞིན། མི་འགལ་ཏེ་དབང་པོ་བརྟེན་གཅིག་དག་  
 གིས་དགུ་བཅོམ་པའི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པར་བཤད་པ་ཉིད་ནི། དགུ་མཚོམ་པ་  
 ཡོངས་སུ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་གིས་འབྲས་སུ་ལས་ཉམས་ནས་སྤར་.....  
 འབྲས་སུ་སོར་ཆུད་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་པོ་བརྟེན་གཅིག་གིས་ཐོབ་པ་སྟིང་...  
 པ་ཅོམ་ལ་དགོངས་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་སྟིང་ཅེན་དབང་  
 བརྟེན་ལ་འགའ་ཞིག་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཆོར་བས་དགུ་བཅོམ་པའི་འབྲས་སུ་.....  
 ཐོབ་པ་ལས་ཉམས་ནས། བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་གང་རུང་ལ་བརྟེན་





ཏེ། སོར་ཆུད་ན་ཡིད་བདེ་དང་། སྤྲུལ་ཡང་ཉམས་ཏེ་གསུམ་པ་ལ་བརྟེན་  
 ཏེ་སོར་ཆུད་པར་བྱེད་ན་བདེ་བས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྲུལ་ཡང་ཉམས་ཏེ་  
 སོར་ཆུད་པར་བྱེད་ན་བརྩུག་ཉིས་སུ་འགྱུར་སྟམ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ། ཆོར་བ་  
 གསུམ་པོ་དེའི་རིགས་ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་དང་། གསུམ་ཀ་དུས་གཅིག་  
 པ་ཡང་མི་སྲིད་དེ། རྩལ་མཚུངས་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །ལྷ་པ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། དེས་ལྡན་དང་། ཉུང་ལྡན་དང་། མང་ལྡན་ནོ། །དང་པོ་ནི།  
 དབང་པོ་གང་དང་ལྡན་པ་ལ་ཟུམ་པོ་དབང་པོ་དུ་དང་ལྡན་པར་ངེས་ཤེས་ན།  
 བཏང་སྟོམས་དང་སྟོག་དང་ཡིད་གསུམ་ལས་གང་རུང་གཅིག་ལྡན་པ་ལ་  
 དེས་པར་གསུམ་དང་ལྡན་ལ། ལྷག་མ་ནམས་ནི་ལྡན་པ་ཡང་ཡོད། མི་ལྡན་  
 པ་ཡང་ཡོད་པས་མ་ངེས་སོ། །འོ་ན་འགྲོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
 ཡིད་དང་བཏང་སྟོམས་གཉིས་ལྡན་པར་ཐལ། སྟོག་དབང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་དུ་ན་ངེས་ལྡན་ཉམས་སོ། །ཡིད་དང་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཡོད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱི་ལྡན་པ་ཡོད་པས་  
 ཡིད་ཡོད་མི་དགོས་ཏེ། གཟུགས་མེད་དུ་སྟེས་པའི་འཕགས་པ་ལ་ཟག་མེད་  
 ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་ལྡན་པ་ཡོད་ཀྱང་། གཟུགས་ཡོད་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནམ།  
 འཕགས་པ་ལ་སྦྱར་ལམ་ཀྱི་ཐོབ་པ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱར་ལམ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 བདེ་བ་དང་ལུས་དབང་དག་རེ་རེ་དང་ལྡན་པ་ལ་ངེས་ལྡན་གསུམ་དང་  
 རང་རང་བསྟན་པས་བཞི་དང་ལྡན་ནོ། །འོ་ན་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་  
 ལུས་དབང་དང་ལྡན་པར་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་  
 མེད་དུ་སྟེས་པའི་འཕགས་པ་ལ་བདེ་བ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་ལུས་དབང་དང་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར། མིག་དང་སྟགས་པས་ན་བ་དང་





སྣ་དང་། ཟླ་དང་བཞི་པོ་རེ་རེ་དང་ལྷན་པ་ལ་ངེས་ལྷན་གསུམ་དང་། ལྷས་  
 དང་རང་རང་བསྟན་པས་ལྷ་དང་ལྷན་ནོ། །ཡིད་བདེ་ལྷན་པ་ཡང་ལྷ་དང་  
 ལྷན་ཏེ། ངེས་ལྷན་གསུམ་དང་བདེ་བ་དང་རང་ཉིད་དེ་ལྷའོ། །གལ་ཏེ་  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་མན་ཆད་ན་ལྷས་བདེ་ཡོད་པས་ཡིད་བདེ་མི་ལྷན་པ་...  
 ལ་བདེ་བ་དང་ལྷན་པར་ངེས་སུ་རྒྱལ་ཀྱང་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་ཡིད་...  
 བདེ་ཡོད་ཀྱང་བདེ་བ་མེད་པས་མ་ངེས་སོ་སྟུམ་ན། གསུམ་པའི་བདེ་བ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ལྷན་པས་མ་ངེས་པ་མེད་དོ། །དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མ་སྤངས་པས་དེ་དང་ལྷན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྲུག་བསྐལ་དང་ལྷན་  
 པ་ནི་ཆོར་བ་བཞི་དང་ལྷས་དང་སྟོག་ཡིད་དེ་བརྟན་དང་ལྷན་ནོ། །ཡིད་མི་  
 བདེ་ནི་འདྲོད་པའི་རྟེན་ཅན་ཆགས་བྲལ་ལ་མི་ལྷན་པས་མ་སྟོས་ཤིང་།  
 སྤྲུག་བསྐལ་ནི་ཁམས་གོང་མར་སྐྱེས་པ་ལ་མེད་པས་འདྲོད་པའི་རྟེན་ཅན་...  
 ཁོ་ནའོ། །མོའི་དབང་པོ་དང་སོགས་པ་པོའི་དབང་པོ་དང་ཡིད་མི་བདེ་  
 དང་དད་སོགས་དབང་པོ་ལྷ་ནི་རེ་རེ་དང་ལྷན་པ་ལ་བརྒྱད་དང་ལྷན་ཏེ།  
 པོ་དབང་མོ་དབང་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་ལྷན་པ་ལ་སྤྲུལ་བརྟན་དང་།  
 རང་རང་བསྟན་པས་སོ། །དད་སོགས་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ལ་ནི་ལྷ་པོ་དེ་དང་  
 ངེས་ལྷན་གསུམ་དང་བརྒྱད་དོ། །ཀྱན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་། ཀྱན་ཤེས་  
 ལྷན་པའི་དབང་པོ་རེ་རེ་དང་ལྷན་པ་ལ་ངེས་ལྷན་གསུམ་དང་། བདེ་བ་  
 དང་ཡིད་བདེ་དང་དད་སོགས་ལྷ་དང་རང་རང་བསྟན་པས་བརྟུ་གཅིག་...  
 དང་ལྷན་ནོ། །ཀྱན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ནི་ལྷས་དང་སྟོག་  
 ཡིད་དང་ཡིད་མི་བདེ་མ་གཏོགས་པའི་ཆོར་བ་བཞི་དང་དད་སོགས་ལྷ་...  
 དང་རང་ཉིད་དེ་བརྟུ་གསུམ་དང་ལྷན་ནོ། །འདི་ནི་འདྲོད་པའི་རྟེན་ཅན་





ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐལ་དང་ཡང་ལྡན་ནོ། །གཉིས་པ་ཁྱད་ལྡན་ནི། དབང་པོ་  
 ཁྱད་བ་དང་ལྡན་པ་དེ། དབང་པོ་རྟུ་དང་ལྡན་ཞིན། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་  
 ན་དབང་པོ་ཁྱད་བ་དང་ལྡན་པ་དེ་དག་ཙུ་ཆད་ཅིང་མེད་པ་ནི། ལུས་དང་།  
 ཚཱ་བ་ལྟ་དང་། སྤྱག་དང་ཡིད་དེ་བརྒྱད་དང་ལྡན་ནོ། །གཟུགས་མེད་ཀྱི་  
 བྱིས་པ་འང་གངས་དེ་བཞིན་རྟུ་བརྒྱད་ལྡན་ནོ། །བརྒྱད་གང་ཞིན། བཏང་  
 སྟོམས་དང་སྤྱག་དང་ཡིད་དང་དག་བ་དང་སྟགས་ལྟ་རྣམས་སོ། །བྱིས་པ་  
 ནི་སྟོམ་སྟོམ། །གསུམ་པ་མང་ལྡན་ནི། དབང་པོ་མང་བ་དང་ལྡན་པ་དབང་  
 པོ་རྟུ་ཞིག་དང་ལྡན་ཞིན། མང་པོར་ལྡན་པ་ལ་དབང་པོ་བཅུ་དགུ་ལྡན་ཏེ།  
 དབང་པོ་བྲི་མ་མེད་པ་གསུམ་པོ་རྣམས་མ་གཏོགས་པའི་ལྟག་མ་རྣམས་སོ། །  
 དེ་དང་ལྡན་པ་གང་ཞིན། དབང་པོ་གཞན་ཆང་བའི་མཚན་གཉིས་པ་  
 ཅན་ནོ། །གཞན་ཡང་འཕགས་པ་ཆགས་བཅས་ཀྱང་དབང་པོ་བཅུ་དགུ་  
 དང་ལྡན་པ་སྤྱད་དེ། བོ་མའི་མཚན་མ་གང་རུང་གཅིག་དང་བྲི་མ་མེད་པ་  
 ཀྱན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་མ་གཏོགས་ཤིང་། ཀྱན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་  
 དང་ཀྱན་ཤེས་བྱེད་པ་གཉིས་ལས་གང་རུང་གཅིག་སྟེ་ཟག་མེད་ཀྱི་དབང་  
 པོ་གཉིས་མ་གཏོགས་སོ། །བསྐྱ་བ་ལས། འཆིང་བ་ཀྱན་ལྡན་འདོད་ཁམས་  
 ལུ་སྟེས་པ་དང་མི་དང་ལྟར་སྟེས་པ་དང་དག་ཙུ་མ་ཆད་པ་རྣམས་ཡིན་པར་  
 གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་འདུས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ཚུལ་ནི། བྱེ་བྱས་ཏུ་སྤྱོད་པ་  
 ཚཱ་བ་ཐམས་ཅད་ཤེས་བྱ་གཞི་ལྟར་ངེས་ཏེ། གཟུགས་དང་སེམས་དང་  
 སེམས་བྱང་དང་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་གཞིའོ། །དང་  
 པོ་གཞི་འདུས་བྱས་ཡིན་པས་དེའི་སྟེ་ཚུལ་ལ། གཟུགས་ཅན་གྱི་སྟེ་ཚུལ་  
 དང་། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྟེ་ཚུལ་ལ། དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིའི་





རྟོན་དང་གཞུང་གི་རྟོན་ནོ། །དང་པོ་ནི་གཟུགས་ཅན་ལ་གཉིས་ཏེ། རྩལ་  
 སྤྲ་རབ་དང་རགས་པ་ལོ། །རྩལ་སྤྲ་རབ་ནི་གཉིས་ཏེ་ཐུག་གི་རྩལ་སྤྲ་རབ་  
 དང་བསགས་པ་འི་རྩལ་སྤྲ་རབ་པོ། །དང་པོ་ནི་གཟུགས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གི་ཆུང་མཐའ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་རགས་པ་འི་ནང་གི་ཆུང་མཐའོ། །  
 རགས་པ་ནི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱུར་བྱས་པ་ལོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལོ། །འདིའི་རྟོན་གྱི་བྲག་སྤྲ་བས་འབྱུང་བ་བཞི་ཆར་དངོས་སུ་  
 ཆང་བ་རྒྱུར་བྱས་པར་འདོད་ལ། མདོ་སྤེལ་པ་ནི་བཞི་པོ་གང་རུང་ཅིག་རྒྱུར་  
 བྱས་པ་ལས་མ་འདས་པ་འི་རྟོན་ཡིན་ཅིང་། གང་དམིགས་པ་དེ་མདོན་དུ་  
 ཡོད་ཅིང་གཞན་ཅམས་ས་བོན་རྣམས་པ་འི་སྟོན་ནས་ཡོད་དེ། ཤིང་གི་སྤུང་པོ་  
 འདི་ལ་ཁམས་སྤྱ་ཆོགས་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཞེས་འདོད་གོ།  
 འོ་ན་གཟུགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་བ་བཞི་ཆར་དངོས་སུ་ཡོད་པར་  
 ཅི་ཤེས་ཤེན། འདི་ནི་འབྱུང་བ་རང་རང་གི་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྟོན་ནས་ཤེས་ཏེ།  
 བྱེད་ལས་ནི། འཛིན་པ་ལ་སོགས་ལས་སུ་གྲུབ། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་བསགས་རྩལ་སྤྲ་རབ་ལ་ཐུག་བརྒྱུད་ཡོད་ན་རྒྱང་ལ་ཁ་དོག་རི་ལྟར་  
 ཡོད་ཅི་ན། རྒྱང་ནི་དྲི་དང་ལྷན་ལ་དྲིའི་རྟགས་ལས་གཟུགས་ཡོད་པར་  
 དཔག་གོ། །དེ་ལྟར་འདུས་པ་རེ་ལ་ཐུག་བརྒྱུད་མཉམ་པར་ཡོད་ཀྱང་སྤྲ་  
 གཤེར་སོགས་འགའ་ཞིག་ཁོ་ན་དམིགས་པ་ནི་ཆེས་གསལ་ཞིང་རྣམས་པ་ཆེ་  
 བ་དེ་དམིགས་པ་སྟེ། བྱེད་ལན་ཆའི་བྱེ་མ་བསྐྱེས་པ་འི་ཐུག་མཉམ་ཡང་  
 ལན་ཆའི་རོ་གསལ་བར་དམིགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་ཐུག་གི་རྟོན་ཡང་  
 འབྱུང་བཞི་ནི་ཐུག་གི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རིགས་དང་གཞན་ནི་སྟེ་  
 མཆོད་ཀྱི་རང་མཆོན་ནོ། །གསལ་བར་མ་དམིགས་པ་འི་འབྱུང་བ་ཅམས་





རྟེན་དང་སྤང་ན་མངོན་ཏུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ལྷགས་མེ་དང་སྤང་ན་ནལ་  
 ནལ་པོ་དང་། རྩ་གང་རེག་དང་སྤང་ན་སྤྲ་བ་དང་། ཤིང་བྱུང་ན་མི་  
 དམིགས་པས་སོ། ཞེས་འདོད་དོ། ཞེ་པ་འདི་གཉིས་ནི་འདུས་པ་གཅིག་  
 ལ་ཡོད་པའི་རྩལ་རྣམས་བརྒྱད་སོགས་གོ་ས་གཅིག་ན་བསྐྱར་བ་བར་བཅས་་་་  
 སམ་བར་མེད་ཏུ་གནས་པ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུད་གིས་བཟུང་བས་ཕན་  
 ཚུན་མི་འགྲེས་པར་འདོད་དོ། མངོན་པ་གོང་མ་བས་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ནི་  
 གཉིས་ཏེ། རགས་པ་སྒྲོས་བྱེ་ནས་རྒྱུད་མཐར་བཞག་པའི་དང་། རྣམ་གྱི་  
 རྩལ་སྤྲ་རབ་པོ། དང་པོ་ནི་རིལ་པོར་འཛིན་པ་སོགས་སྤངས་པའི་དོན་ཏུ་  
 རྣམ་པར་བཞག་གི། རྣམས་སུ་མེད་པས་འདུས་པ་ལ་མི་དམིགས་ཤིང་ཆ་  
 ཤས་ཀྱང་མེད་དོ། གཉིས་པ་ནི་བཙུ་ལྷེ། འབྱུང་བ་བཞི་དང་དབང་  
 དོན་བརྩུ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲེམ་ཆེད་པའི་གཞུགས་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་རྩལ་སྤྲ་  
 རབ་གཅིག་གོ། དེ་རྣམས་ནི་ཕལ་ཆེར་མི་སྟོས་པའི་རྣམས་ཡོད་ཡིན་པས། ཐ་  
 མ་མ་གཏོགས་པའི་བརྩུ་བཞི་འདུས་པ་ལ་དམིགས་ཏེ། དེ་ཡང་འདུས་པ་  
 གང་ལ་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་འགྱུར་གང་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ཡོད་ཀྱི་  
 གཞན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་དོན་ནི་སྒྲོས་དམིགས་པ་ཡིན་པས་སོ། དེ་  
 ལ་འབྱུང་བ་གཅིག་པའི་འདུས་པ་སྐྱོད་གསྐྱམ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་དེ་  
 ཉིད་གཤེར་བ་དང་། གསུམ་པ་དེ་ཉིད་རྟོ་བ་དང་། ཐམས་ཅད་པ་དེ་ཉིད་  
 འདི་ལ་ཞིང་རྟོ་བཤ། དེ་བཞིན་ཏུ་འབྱུང་འགྱུར་གཅིག་པའི་འདུས་པ་འོད་  
 ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་སྤྲ་དང་རྟོ་དང་བཅས་པའི་རྒྱུད་ལྟ་བུ་དང་། གསུམ་  
 པ་གཞུགས་རྟོ་རོ་རེག་བྱ་ཡོད་པ་ཅན་གྱི་ཏུ་བ་ལྟ་བུ་དང་། བཞི་པ་ཨ་ཀ་  
 རུའི་གོང་བུ་དང་། ལྷ་པ་དེ་ཉིད་སྤྲ་དང་བཅས་པའོ། དེ་ལྟར་འདུས་པ་





གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་འབྲུར་རི་སྟེང་པ་རྣམས་ནི་འདུས་  
 པ་གཞན་ལ་སྟོས་ནས་ཐོགས་བཅས་ཡིན་གྱི་རང་གི་ཆོགས་པ་ལ་སྟོས་ནས་་་་  
 བྱི་མ་ཡིན་ཏེ། འདུས་པ་གཅིག་ལ་གནས་པ་རྣམས་གོ་ས་གཅིག་ཏུ་གནས་  
 པར་དབང་ཤེས་ཀྱིས་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ལུས་ཤེས་ལ་སྤྱོད་བར་དམིགས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྩ་སྤྱོད་སྤྱུགས་ཀྱི་སོགས་དབང་ཤེས་གཞན་གྱིས་དམིགས་པའི་་་་་  
 ཕྱིར། དེས་ན་ཐ་དད་མེད་པས་མཆོངས་པར་ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་  
 སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་འདྲེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་རང་གི་དབང་ཤེས་ཀྱིས་  
 རྣམ་པ་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དབང་ཤེས་ཀྱིས་མ་  
 དམིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཁམས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ནི་ཡོད་པ་སྟིད་དེ། དབང་པོ་  
 དང་དེའི་གནས་འབྲུང་བ་རྣམས་ཁམས་བརྒྱ་བཞི་ཆར་དང་ལྡན་ཞིང་་་་་་་་་་་  
 འདུས་པ་གཞན་རྣམས་དབང་པོ་ལྷན་གཏོགས་པ་དགའི་ཁམས་དང་ལྡན་  
 ལ། འབྲུང་བཞིའི་ཁམས་ནི་འདུས་པ་ཀྱན་ལ་ཉག་ཏུ་ཡོད་པས་སོ། །འོན་  
 ཀྱང་ཡོད་པའི་ཐ་སྟོན་ནི་མི་ཐོབ་སྟེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
 འདུས་པ་གཅིག་གི་རྩལ་རྣམས་རྣམས་གོ་ས་གཅིག་ཏུ་གནས་ན་ཐོགས་བཅས་  
 སུ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ཕྱིའི་དོན་བདེན་ན་འགལ་ཡང་འབྲུལ་པ་ལ་རི་ལྟར་  
 སྤང་བ་བཞིན་འཛོག་པས་སྟོན་མེད་དེ། ཟིལ་མ་ན་ཁང་མིག་རྒྱུད་ཏུ་རི་  
 རྒྱུད་སོགས་སྤང་བ་བཞིན་ནོ། །རྩལ་གྱི་རྩལ་ཕྱན་དེ་རྣམས་ནི་ཡན་ལག་  
 ཅན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ལ། ཆ་ཤས་དང་བཅས་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་འདུས་པའི་གོང་  
 ལུ་ནི་རགས་པ་དང་ཡན་ལག་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་རྩལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་  
 རགས་པ་བརྒྱམས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདུས་པ་རྣམས་རང་གི་ས་བོན་ལས་  
 རྒྱུད་འབྲིང་སོགས་སུ་སྟེ་བར་ཟད་དོ་ཞེས་འཆད་དོ། །གཟུགས་ཅན་གྱི་སྟེ་







ཚུལ་སྤྱི་དོན་ནོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ནི་དེ་ལ་འདོད་ཁམས་ན་  
 དབང་པོ་མེད་ཅིང་སྤྱོད་ཡང་མེད་པའི་བསགས་པའི་རྩལ་སྤྱོད་རབ་ལ་འབྱུང་  
 བ་བཞི་དང་། གཞུགས་དྲི་རོ་རེག་བྱ་སྟེ་རྩལ་བརྒྱད་དེས་པར་ལྷན་ཅིག་  
 སྟེལ། །ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ལ་བརྒྱད་པོ་དེ་དང་རང་ཉིད་དེ་རྩལ་  
 དགུ་ལྷན་ཅིག་སྟེལ། དབང་པོ་གཞན་མིག་ན་བ་སྤྲེལ་དང་ལྷན་པ་ལ་གོང་  
 གི་དགུ་དང་རང་རང་སྟེ་རྩལ་བརྒྱ་སྟེ་ཞིང་དེ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་ན་རེ་རེ་  
 བསྒྲན་ནོ། །གཞུགས་ཁམས་ན་དྲི་རོ་གཉིས་མེད་པས་གཞུགས་ན་དབང་པོ་  
 མེད་པ་ལ། སྤྱོད་སྤྱོད་རབ་རྩལ་རྩལ་དུག་ཅས་སྤྲེལ་སྤྱོད་རོ། །གཉིས་པ་  
 གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྟེ་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་དོན་དང་། གཞུང་གི་  
 དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ནི་མིག་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པ་དང་།  
 གཞུགས་ཁོ་ན་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ། སེམས་བྱུང་ཆོར་བ་སྤྲེལ་ནི་གཙོ་  
 པོ་སེམས་དེ་མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་། གཞུགས་ལ་དམིགས་པའི་མཐུ་ལས་  
 མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་གཞུགས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི་རང་དབང་དུ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་འགའ་ཉན་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་ཡང་འབྱུང་བའི་བྱིར། དེས་ན་  
 མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་། གཞུགས་ལ་དམིགས་པ་དེས་འགའ་བ་ཅན་ཡིན་  
 པས། མིག་ལ་བརྟེན་ཡང་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་ཐ་སྟངས་མ་བྱས་ཤིང་།  
 མིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་གཞུགས་ཀྱི་ལུས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་རྣམ་ཤེས་ལ་རག་  
 ལས་པས། སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་སོ། །དཔེར་ན་གྲོང་དཔོན་ནི་རང་  
 རྟོགས་ཀྱིས་གྲོང་ལ་དབང་བྱེད་ལ། བཟན་ནི་རང་དབང་གིས་མ་ཡིན་པར་  
 གྲོང་དཔོན་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོན་ནས་དབང་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ལུས་རྟོགས་  
 ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་ནི། དེ་ལ་དོན་མཛོད་རྣམ་པར་ཤེས། །དེ་ཡི་བྱང་པར་





སེམས་ལས་བྱུང་། ཁྲིས་དབུས་མཐར་གསུངས་ལ། དེའི་འགྲེལ་པར།  
 དབྱིག་གཉིན་གྱིས་དོན་ཅམ་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། ཁྲིས་བཤད་  
 པས་འདིའི་དོན་ལ་འགའ་ཞིག་གིས། རྣམ་ཤེས་གྱིས་དོན་གྱི་ངོ་བོ་རིག་ལ་  
 སེམས་བྱུང་གིས་དོན་གྱི་བྱང་པར་རིག་གོ། ཁྲིས་འདྲོད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་དོན་  
 གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱང་པར་ཇས་གཅིག་གམ་ཐ་དང། ཇས་གཅིག་ན་གཉིས་  
 ཀས་གཉིས་ཀ་རིག་པས་སེམས་བྱང་སེམས་བྱུང་ཏུ་ཐལ་ཞིང་། སེམས་བྱུང་  
 ཡང་སེམས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བས། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་འབྱེད་དོ། །  
 ཇས་ཐ་དད་ན་དམིགས་པ་སོ་སོར་སོང་བས་ཡུལ་གཅིག་ལ་དམིགས་པའི་……  
 དམིགས་པ་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་དོ། །གལ་ཏེ་གཉིས་ཀས་གཉིས་  
 ཀ་རིག་པར་འདྲ་ཡང་སེམས་ཀྱི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་གྱིས་རིག་ལ།  
 བྱང་པར་གཞན་སྟོབས་གྱིས་རིག་ཅིང་སེམས་བྱུང་གི་དོན་གྱི་བྱང་པར་རང་  
 སྟོབས་གྱིས་དང་། དོན་གྱི་ངོ་བོ་གཞན་སྟོབས་ཀྱི་རིག་པའི་བྱང་པར་ཡོད་  
 དོ་ཞེ་ན། གཉིས་ཀས་གཉིས་ཀ་རིག་པར་འདྲ་ན་རང་སྟོབས་དང་གཞན་  
 སྟོབས་ཀྱི་བྱང་པར་གང་ལས་རྟེན། སེམས་ཀྱི་དོན་གྱི་བྱང་པར་རིག་ན་  
 འགྲེལ་བཤད་ལས། ཅམ་ནི་བྱེ་བྲག་སེལ་བའི་སྤྲ་སྟེ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་  
 དམིགས་ཀྱི་བྱང་པར་མ་དམིགས་སོ་ཞེས་བཤད་པ་དང་འགལ་ཞིང་། དོན་  
 གྱི་ངོ་བོ་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་དོན་གྱི་བྱང་པར་རིག་རྒྱ་ཡང་མེད་དོ། །དེས་ན་  
 བྱང་གི་དོན་ནི། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་རྣམ་  
 པ་མཚུངས་པར་སྟེ་ཡང་སེམས་ལ་འཛིན་སྤངས་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་མེད་  
 པས་སེམས་ཅམ་ཞེས་སྟོས་ལ། སེམས་བྱུང་ནི་གཙོ་བོ་སེམས་ལས་ལྷག་པའི་  
 འཛིན་སྤངས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་ཡོད་དེ། ཚར་བས་ཉམས་སུ་ཁྱུང་བའི་ཚུལ་





གྲེས་རིག། །འདུ་ཤེས་ཀྱིས་མཚན་མར་འཛིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རིག་པས་དེའི་  
 བྱད་པར་སེམས་ལས་བྱང་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་གྱིས་འབད་ཀྱང་མ་  
 རྟོགས་པ། །ཤིན་ཏུ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་དོན། །ལག་མཐིལ་གནས་པའི་  
 རྒྱ་ཏུ་ར། །རི་བཞིན་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱས། །གཉིས་པ་ཚོག་གི་དོན་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་  
 འདུས་བྱས་རྒྱམས་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པ་བཞིན་ཏུ་ཐ་དད་པར་སྐྱེའམ། །ཁ་  
 ཅིག་ངེས་པར་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བའང་ཡོད་ཅེན། །ཡོད་དེ། སེམས་དང་  
 སེམས་བྱང་གཉིས་ངེས་པར་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ལ་གཟུགས་སོགས་སྐྱེ་བ་ཅན་...  
 ཐམས་ཅད་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྐྱེ་བ་སོགས་དང་ངེས་པར་ལྷན་...  
 ཅིག་ཏུ་སྐྱེ་ཞིང་། སེམས་ཅན་ཏུ་སྟོན་པ་ཐོབ་པ་དང་ཡང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེའོ།  
 འམ་ནི་སེམས་ཅན་ཏུ་མི་སྟོན་པ་རྒྱམས་ཐོབ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་མི་སྐྱེའོ་ཞེས་  
 བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སེམས་དང་མཚུངས་  
 ལྷན་རྒྱས་པར་བཤད། མི་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །དང་པོ་  
 ལ་བསྟན་བཤད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བསྟན་པ་ནི། སེམས་བྱང་ཞེས་པ་དེ་  
 ལ་ངེས་པའི་ལྷེ་ཚན་རྒྱུ་པ་ལྷ་སྟེ། སྤྱིའི་ས་མང་པོ་བ་དང་། སོགས་པས་  
 དགེ་བའི་དང་། ཉན་མོངས་པའི་དང་། མི་དགེ་བའི་ས་མང་པོ་བ་དང་།  
 ཉན་མོངས་རྒྱུང་བའི་ས་པ་སྟེ། དེའི་དབྱེ་བ་ལས་སོ། །གཉིས་པ་བཤད་པ་  
 ནི། ཚོར་བ་ལྟོང་བ་དང་། སེམས་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་དང་།  
 ལུལ་ལ་མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། བྱེད་འདོད་པའི་འདུན་པ་  
 དང་། ལུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྒྱུ་ཤེས་གསུམ་འདུས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 རིག་པ་དང་། རྫོགས་ཏེ་ཤེས་རབ་དང་། དྲན་པ་དམིགས་པ་མི་བརྟེན་པ་





དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སེམས་ཀྱི་འབྱུག་པ་དང་། མས་པ་འདོད་པ་དང་།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་སྟེ། བརུ་པོ་དེ་ནི་སེམས་ཐམས་ཅད་ལ་  
 འབྱུང་བའི་ས་མང་པོ་འོ། །སེམས་དང་བ་ནི་དང་བ་སྟེ་དེ་དང་ལྷན་ན་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་དངས་པར་འགྱུར་བ་ནོར་……  
 བུ་ཚུ་དངས་ལྟ་བུ་འོ། །བག་ཡོད་པ་དགེ་བའི་ཆོས་བསྐྱེད་ཞིང་གཅིས་སྤྲུམ་  
 སུ་བྱེད་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། བཏང་  
 སྟོམས་སེམས་མཉམ་ཞིང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། འོག་ཏུ་འཆད་པའི་རོ་  
 ཆ་ཤེས་པ་དང་ཁྲེལ་ཡོད་པ་གཉིས་དང་། དགེ་བའི་རྩ་བ་མ་ཆགས་པ་དང་  
 ཞེ་སྤང་མེད་པ་གཉིས་དང་། གཏི་ལྷག་མེད་པ་ནི་ཤེས་རབ་ལ་བཏགས་  
 པས་སྤྱིའི་ས་མང་པོ་འོ། །རྣམ་པར་མི་འཆེ་བ་གཞན་ལ་སོ་མི་འཆོམས་པ་  
 དང་། བཙུན་འབྲས་དགེ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་སྟེ། བརུ་ནི་རྟག་ཏུ་དགེ་སེམས་ལ་  
 འབྱུང་བའི་ས་མང་པོ་འོ། །མྱོངས་པ་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པའི་མ་རིག་པ་དང་  
 བག་མེད་པ་དགེ་བའི་ཆོས་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། ལེ་ལོ་དགེ་བ་ལ་མི་སྦྱོར་བ་  
 དང་། མ་དད་པ་སེམས་མ་དྲངས་པ་དང་། ལྷགས་པ་ལྷས་སེམས་ལས་སུ་  
 མི་རུང་བ་སྟེ། ལྷས་སེམས་ལྷི་བ་དང་། རྒྱུད་པ་སེམས་རྣམ་པར་མ་ཞི་བ་སྟེ་  
 དེ་དྲུག་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ས་མང་པོ་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་  
 ལ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། མི་དགེ་བའི་ས་མང་པོ་བ་ནི་འོག་ནས་འཆད་  
 པའི་ཁྲེལ་མེད་པ་དང་། རོ་ཆ་མེད་པ་འོ། །མི་དགེ་བའི་སེམས་ལ་རྟག་ཏུ་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར། རྟེ་ཆོན་དེ་བཞི་ནི་རྣམ་ཤེས་དྲུག་ཆར་གྱི་འཁོར་དང་།  
 ལྷལ་དྲུག་ཆར་ལ་དམིགས་པར་མི་འགལ་ལ། ཁྱོ་བ་དང་འཁོར་དུ་འཛིན་  
 པ་དང་། གཡོ་དང་ཕྱག་དོག་དང་འཆོག་པ་དང་། འཆབ་པ་དང་སེར་སྒྲ་





དང་སྐྱ་དང་རྒྱགས་པ་དང་། རྣམ་པར་འཛེབ་སྟེ་བརྩུན་མ་རིག་པ་ཙམ་  
 དང་། སྒྲིམ་སྒྲུབ་དང་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་ཁོན་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པས་ཉོན་  
 མོངས་ཚུང་བྱེད་ས་པ་རྣམས་སོ། །མ་ངེས་པའི་ས་པ་བརྒྱད་ནི། དབྱིག་  
 བཤེས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཚིག་ཏུ། རྟོག་དང་དཔྱད་དང་འགྲུབ་པ་དང་། གཉིད་དང་  
 ཁོང་ཁྱོད་ཆགས་ཉིད་དང་། ར་རྒྱལ་སྡེ་ཚོམ་ཞེས་བྱ་བ། བརྒྱད་ནི་ངེས་པ་  
 མིན་ཞེས་བཤད། ཅེས་པ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་ཞེ་བྱུག་དང་ལྟ་བུ་སྟེ་ཞེ་བུན་  
 ཅུ་བར་དངོས་སུ་བཤད་ཅིང་། རྒྱལ་པོ་སྤྲས་ཀྱིས་ལྟ་བའང་མ་ངེས་པ་ཡིན་  
 པས། སྒྲིམ་ཚིག་དེ་རྣམས་མི་འོང་ཞེས་བཤད་ཀྱང་། དེ་ཤེས་རབ་ལ་  
 བཏགས་པས་སྒྲིམ་ཚིག་རིགས་སོ། །དེས་ན་ཞེ་བྱུག་རྣམས་ཡོད་དང་། ལྟ་བ་  
 དང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བྱུག་ནི་བཏགས་ཡོད་དེ། བརྗེད་ངས་བྲན་པ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། རྣམ་གཡིང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་།  
 གཉི་ལྷག་མེད་པ་དང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཤེས་རབ་དང་། རྒྱལ་མིན་  
 ཡིད་བྱེད་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། འོག་པར་མས་པ་ནི་  
 མས་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་པས། རྣམ་འོགས་ན་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་  
 བྱང་དེ་རྣམས་ལས་དུ་ཞིག་སེམས་གང་དང་གང་གི་འཁོར་དུ་འབྱུང་ཞེ་ན།  
 འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་དགེ་བའི་སེམས་ལ་ནི་སྡེ་ཚན་དང་པོ་གཉིས། རྟོག་  
 དཔྱད་དང་བཅས་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། སེམས་བྱང་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཏེ།  
 འདོད་སེམས་ནི་ངེས་པར་རྟོག་དཔྱད་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས་སོ། །ཐམས་  
 ཅད་དུ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། ལ་ལ་དག་དུ་ནི་དགེ་བ་མ་བྱས་པ་དང་མི་དགེ་བ་  
 བྱས་པ་ལ་འགྲུབ་པ་དེ་བསྒྲུབ་ནོ། །མི་དགེ་ནི་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་  
 གཞན་དང་མ་འདྲེས་ཤིང་མ་རིག་པ་ཙམ་དང་ལྷན་པ་དང་། ལྟ་བ་ལྷག་ལྟ་





དང་མཆོག་འཛིན་གཉིས་དང་ལྷན་པ་ལ་སྡེ་ཆོན་དང་པོ་དང་། གསུམ་པ་  
 དང་བཞི་པ་དང་རྟོག་དཔྱད་དེ་ཉི་ཤུ་འབྱུང་ཞིང་ལྷ་བ་ཉིད་ནི་ཤེས་རབ་ཏུ་  
 འདུའོ། །ཆགས་སྣང་གཉིས་དང་ང་རྒྱལ་ཐེ་ཆོམ་གཉིས་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་  
 བཞི་དང་ཁྲོ་བ་སོགས་ཉོན་མོངས་ཆུང་དུ་འི་ས་པ་སོགས་བརྩུ་དང་། དགེ་  
 བ་བྱས་པ་དང་ཐིག་པ་མ་བྱས་པ་ལ་འགྱུད་པ་རྣམས་དང་ལྷན་པའི་མི་དགེ་  
 བའི་སེམས་ལ་སྡེ་མ་ཉི་ཤུ་དང་། རང་རང་སྟེ་ཉི་ཤུ་ཙུག་འབྱུང་ངོ་། །  
 སྦྱིབ་པ་ལ་ལྷང་མ་བསྟན་འདོད་པའི་འཛིག་མཐར་གཉིས་དང་ལྷན་པའི་  
 སེམས་ལ་དང་པོ་བརྩུ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ས་མང་དུག་དང་། རྟོག་  
 དཔྱད་གཉིས་ཏེ་བཙུ་བརྒྱད་འབྱུང་ངོ་། །ལྷང་མ་བསྟན་བསྦྱིབས་པ་ལས་  
 གཞན་མ་བསྦྱིབས་པ་ལ་དང་པོ་བརྩུ་དང་རྟོག་དཔྱད་དེ་བརྩུ་གཉིས་དག་  
 ཏུ་འདོད་དོ། །ཉི་འོག་པ་འགྱུད་པ་ལྷང་བསྟན་ཡང་འདོད་པས་དེའི་ལྷར་  
 ན་བརྩུ་གསུམ་ཡང་སྤྱིད་དོ། །གཉིད་ནི་མི་ལམ་མིས་པའི་གནས་སྐབས་ཏེ་  
 དགེ་མི་དགེ་ལྷང་མ་བསྟན་གསུམ་ཀའི་ཡོད་པས་སེམས་ཀྱན་ལ་མི་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར། གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་བསྟན་པས་ཉེར་གསུམ་སོགས་སོ། །  
 འདོད་པའི་མཆུངས་ལྷན་དེ་ལས་ཡིད་ལ་བཅགས་པའི་འགྱུད་པ་དང་།  
 གཉིད་དང་མི་དགེ་བ་གཡོ་སྦྱུ་རྒྱགས་པ་པོར་བའི་ཁྲོ་སོགས་བརྩུན་དང་།  
 ཁོང་ཁྲོ་དང་ངོ་ཆོ་མེད་པ་དང་། ཁྲེལ་མེད་པ་རྣམས་བསམ་གཏན་དང་པོ་  
 དག་ན་མེད་དོ། །དེ་རྣམས་དང་རྟོག་པའང་བསམ་གཏན་ཁྱད་པར་ཅན་  
 ན་མེད་ལ་དེའི་གོང་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ན་དཔྱད་པ་མེད་  
 ཅིང་། ཡང་གི་གཡོ་སྦྱུ་ཡང་མེད་པར་བསྟན་ཏོ། །ངོ་ཆོ་མེད་པ་དང་ཁྲེལ་  
 མེད་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན་ཡོན་ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་





རྣམས་ལ་མ་གུས་པ་ནི་ངོ་ཆ་མེད་པ་ཡིན་ལ། ཁྲེལ་མེད་པ་ནི་ཁ་ན་མ་སྟོབ་  
 མི་དགེ་བ་ལ་འཇིགས་པར་མི་ལྟ་བ་སྟེ། དེ་དག་ལས་བསྒྲགས་པ་ནི་ངོ་ཆ་ཤེས་  
 པ་དང་ཁྲེལ་ཡོད་པ་འོ། །དགའ་བ་དང་གུས་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་  
 ཅེ་ན། དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་དད་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་  
 ཅན་ནི་སྟེད་པ་འོ། །གུས་པ་ཉིད་ནི་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་སྟེ་དགའ་གུས་དེ་གཉིས་  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་དག་ན་ཡོད་ཀྱི་གཟུགས་མེད་ན་མེད་དེ། འདིར་ནི་  
 གང་ཟག་ལ་དམིགས་པའི་དགའ་གུས་ལ་བསམས་པས་སོ། །རྟོག་པ་དང་  
 དཔྱད་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅི་ཞེ་ན། རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་རིམ་པ་  
 བཞིན་སེམས་རྩེད་པ་དང་ཞིབ་པ་ཉིད་དོ། །ང་རྒྱལ་དང་རྒྱགས་པའི་བྱུང་  
 པར་ཅི་ཞེ་ན། ང་རྒྱལ་ནི་པ་རོལ་པོ་ལས་བདག་ལྷག་ཅེས་སེམས་ཁིངས་པ་  
 སྟེ། རྒྱགས་པ་ནི་རང་གི་ཆོས་ལ་ཆགས་པའི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་གཏུགས་  
 པ་འོ། །དེས་ན་དེ་རྣམས་ནི་དོན་ཐ་དད་དོ། །འབྱེད་པས་ན་སེམས་དང་།  
 ཤེས་པས་ན་ཡིད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ན་རྣམ་ཤེས་ཏེ་གསུམ་ནི་མིང་ཐ་  
 དད་པར་ཟད་ཀྱི་དོན་གཅིག་གོ། དེ་གསུམ་དོན་གཅིག་པ་ལྟར་སེམས་དང་  
 སེམས་བྱུང་རྣམས་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པས་རྟེན་དང་། ཡུལ་འཛིན་པས་  
 དམིགས་པ་དང་། དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་རྣམ་པ་རེ་རེ་ནས་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྱོད་  
 པས་རྣམ་པ་དང་བཅས་དང་། མཉམ་པར་ལྡན་པས་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པའང་དོན་གཅིག་གོ། །མཚུངས་ལྡན་དེ་ཡང་རྣམ་པ་ལྟ་སྟེ། སེམས་དང་  
 སེམས་བྱུང་གཉིས་དབང་པོ་གཅིག་ལ་བརྟེན་པས་རྟེན་དང་། ཡུལ་གཅིག་  
 ལ་དམིགས་པས་དམིགས་པ་དང་། སེམས་སྟོན་པོའི་རྣམ་ལྡན་དུ་སྟེལ་པ་  
 ཡིན་ན་དེའི་འཁོར་ཆོར་བ་སོགས་ཀྱང་སྟོན་པོའི་རྣམ་ལྡན་ཡིན་པ་སོགས་...





རྣམ་པ་དང་། རྩལ་གཅིག་པས་རྩལ་དང་། རིགས་འདྲ་ཇུས་རེ་རེ་བར་  
 འདྲ་བས་ཇུས་མཆུངས་པའོ། །གཉིས་པ་མི་ལྷན་པའི་འདུ་ཁྱེད་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 མདོར་བསྟན། རྩལ་བཤད། ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཞན་བསྟན་པས་མཇུག་  
 བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། མདོར་འདུ་ཁྱེད་སྤང་པོ་ཐ་དད་རྩལ་གསུངས་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་མདོར་པ་བ་ཐམས་ཅད་ལྷན་མིན་འདུ་ཁྱེད་ནི་བཅའ་རིག་གང་……  
 ཡང་མིན་པའི་འདུས་བྱས་སུ་བཞེད་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་ཁྱེད་བྱ་སྟེ་བ་  
 རྣམས་གཟུགས་སེམས་སེམས་བྱང་ལས་ཇུས་གཞན་པ་དང་། མདོ་སྟེ་པ་  
 དང་སེམས་ཅན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་བཏགས་ཡོད་……  
 ཡིན་པས་ཇུས་སུ་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། རང་གི་གནས་སྐབས་ཅན་ལས་ཇུས་  
 གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་ཡིན་ན་གནས་སྐབས་མི་  
 ཉག་པ་སོགས་རྩལ་ཡིན་པ་བཞིན་རྩལ། གནས་སྐབས་ཅན་སེམས་སོགས་  
 ཀྱང་རྩལ་མར་ཐལ་ཞིང་གནས་སྐབས་ཅན་སེམས་ནི་གཅིག་ཡིན་པ་ལྟར་དེའི་  
 གནས་སྐབས་སྟེ་འཇིག་སོགས་ཀྱང་གཅིག་རྩལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 ཡིན་ན་འདུས་བྱས་ཉག་པར་ཐལ་ཞིང་གཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་……  
 བྱང་གསུམ་ལས་ཇུས་གཞན་རྩལ་ཆོད་མས་ཀྱང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་འཆད་དོ། །རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལྟར་ན། བཅའ་རིག་རྩལ་འདུས་  
 པའི་འདུས་བྱས་མི་འཐད་ཅིང་། གནས་སྐབས་དང་གནས་སྐབས་ཅན་  
 ཇུས་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པ་སྟེ། མདོར་སྤང་པོ་ཐ་དད་རྩལ་གསུངས་  
 པ་འང་སེམས་དང་དེའི་མི་ཉག་པ་སོགས་ཉོག་རོར་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པ་ལ་……  
 དཀོངས་སོ། །དེས་ན་སེམས་ཀྱི་སྟེ་འཇིག་སོགས་སེམས་ཉིད་རྩལ་བཞེད་དོ། །  
 ཞེས་པ་སྤྱིའི་དོན་ནོ། །གཞུང་གི་དོན་ནི། སེམས་དང་མཆུངས་པར་མི་ལྷན་







ཞིང་གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་རྒྱུ་གྱིས་འདུས་བྱས་པའི་  
 འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་བཅུ་བཞི་སྟེ། ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པ་དང་། སྐལ་  
 མཉམ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། འཁོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་དག་དང་།  
 སྲིག་དང་མཚན་ཉིད་སྟེ་སྟོགས་བཞི་པོ་རྣམས་དང་། མིང་གི་ཚོགས་དང་།  
 སྟོགས་པས་ཚིག་དང་ཡི་གེའི་ཚོགས་རྣམས་སོ། །ཡང་ནི་དགེ་འདུན་གྱི་  
 དབྱེན་སྟོགས་གཞན་ཡང་སྟུང་པ་སྟེ། མདོན་པ་གོང་མར་ཆ་མཐུན་དག་  
 དང་། ལ་ལར་མཚན་མ་དང་ཆུད་མི་བ་བ་སྟོགས་དང་། མདོར་མི་ལྡན་  
 པའི་འདུ་བྱེད་བདུན་བརྒྱ་བཀའ་སྟུལ་རྟོ། །གཉིས་པ་རྒྱུ་པར་བཤད་པ་  
 ལ་བདུན་ཏེ། ཐོབ་མ་ཐོབ་དང་། སྐལ་མཉམ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་  
 དང་། སྟོམས་འཇུག་དང་། སྲིག་དང་། མཚན་ཉིད་དང་། མིང་གི་ཚོགས་  
 སྟོགས་རྒྱུ་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ཐོབ་པ་ནི། གང་ཟག་ལ་ཐོབ་བྱའི་  
 ཚོས་ལྡན་པར་བྱེད་པའི་རྣམས་གཞན་སྤང་ལ་ཁལ་ལྡན་བྱེད་ཐག་པའམ།  
 འབྱར་བྱེད་སྦྱིན་ལྟ་བུའོ། །དབྱེན་གསར་དུ་རྟེན་པ་དང་དེའི་རྒྱན་ལྡན་པ་  
 གཉིས་སོ། །གསར་རྟེན་ལ་ཡང་ཟག་མེད་དང་པོའི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་སྟུར་  
 གཏན་ནས་མ་ཐོབ་པ་ལས་རྟེན་པ་དང་། བསམ་གཏན་སྟོགས་སྟུར་ཐོབ་  
 པ་ཉམས་ནས་སྟུར་ཐོབ་པའི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལྟ་བུ་རྣམས་པར་ཉམས་པ་.....  
 ལས་གསར་རྟེན་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱུ་ལྡན་ནི་སྐད་གཅིག་གཉིས་པ་  
 སྟོགས་ཀྱི་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་དང་། སོ་སྟེལ་སྤྱིད་ཅེའི་ཉོན་མོངས་ཡེ་ནས་  
 ལྡན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བཞིའོ། །མ་ཐོབ་པ་ནི་ཐོབ་བྱ་ལྡན་པའི་གེགས་སུ་  
 ཟུར་པའོ། །དེ་ཡང་གསུམ་སྟེ། འདོད་ཉོན་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་ལྟ་བུ་རྣམ་  
 པར་ཉམས་ནས་མ་རྟེན་པ་དང་། དེའི་རྒྱན་མི་ལྡན་པ་དང་། སོ་སྟེལ་ཟག་





མེད་ཀྱི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡེ་མི་ལྡན་པ་ལྟ། །ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པ་འདི་དག་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པ་ནི་རང་རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱི་སྟེ། གཞན་རྒྱུ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་རང་  
 རྒྱུ་ལ་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་རུང་པས་སོ། །ཁྱི་རྩ་ལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་  
 ཐོབ་མི་ཐོབ་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་བཞག་སྟེ། ལྟ་སྦྱོན་གྱི་ལག་ན་ཡོད་པའི་བྱ་མ་པ་  
 ལྟ་བུ་དེ་མ་ཐག་དུ་གཞན་གྱིས་བདག་གིར་བྱ་བར་འགྱུར་བས་མཐའ་.....  
 གཅིག་དུ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་རྣམ་དབྱེ་དེས་པ་མི་རུང་  
 པས་སོ། །རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པ་ལ་ཡང་། གཞན་གྱི་རྒྱུ་གྱི་ཆོས་ནི་རང་རྒྱུ་  
 ལ་ལྡན་མི་ལྡན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་རུང་པས་རང་རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པ་ཞེས་སྟོས་  
 སོ། །གལ་ཏེ་ཐོབ་བྱའི་ཆོས་རང་རྒྱུ་ལ་རུང་མོད་ཀྱི། མ་ཐོབ་པའི་ཆོས་  
 རང་རྒྱུ་ལ་རི་ལྟར་རིགས་ཤེ་ན། མ་ཐོབ་པ་ཡོད་པ་དེ་སྤིང་དུ་རང་རྒྱུ་ལ་  
 མེད་ཀྱང་མ་ཐོབ་པ་དང་བྲལ་བ་ན་རང་རྒྱུ་ལ་དེས་པར་ལྡན་དགོས་པས།  
 རང་རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འོ་ཞེས་སྟོས་སོ། །གང་དག་མ་ཐོབ་པ་  
 ཡོད་ན་མ་ཐོབ་པ་འི་ཆོས་རང་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པས་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྡན་.....  
 འདས་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཡོད་ཅེས་སྟོས་བས་ནི་རང་གི་དེ་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན་  
 བོ། །དམིགས་བསལ་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོགས་དང་བརྟགས་མིན་གྱི་  
 འགོག་པ་དག་རང་རྒྱུ་དུ་མ་གཏོགས་ཀྱང་འགོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དགག་བྱ་  
 རྒྱུ་དུ་གཏོགས་པས་ཏེ་འགོག་པའི་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཡོད་དོ། །ཐོབ་པ་དང་མ་  
 ཐོབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ། དང་པོ་ཐོབ་པའི་ཁྱད་པར་ནི། ཐོབ་བྱའི་  
 ཆོས་དུས་གསུམ་པའི་ཐོབ་པ་ཡང་དུས་ཀྱི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
 ཐོབ་བྱའི་ཆོས་འདས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐོབ་པ་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་དང་མ་





འོངས་པ་དང་རྒྱུ་བཤད་གསུམ་མོ། །ཐོབ་བྱའི་ཆོས་ད་ལྟར་བའི་ཡང་དེ་  
 བཞིན་དུ་གསུམ་དང་། ཐོབ་བྱའི་ཆོས་མ་འོངས་པའི་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
 གསུམ་མོ། །དེ་ལ་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་བའི་ཆེ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི་འདས་པ་  
 ཡིན་ལ། དེའི་ཐོབ་པ་ཞག་སྒྲུ་མར་འདས་པ་ནི། ཐོབ་པ་འདས་པ་དང་།  
 ད་ལྟར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡོད་པ་ནི་ད་ལྟར་བ་དང་། ཞག་སྐྱེ་མར་  
 འབྱུང་བ་ནི་མ་འོངས་པ་འོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་པ་ད་ལྟར་བའི་ཐོབ་པ་ཞག་  
 སྒྲུ་མར་འདས་པ་ནི་འདས་པ་དང་། རང་དང་དུས་མཉམ་པ་ནི་ད་ལྟར་བ་  
 དང་། ཞག་སྐྱེ་མར་འབྱུང་བ་ནི་མ་འོངས་པ་འོ། །བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲུ་མ་པ་  
 ལ་ཐོབ་པ་སྒྲུ་མ་སྐྱེ་ཡོད་པས་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲུ་མ་པ་མ་འོངས་པའི་ཐོབ་པ་  
 ཞག་སྒྲུ་མར་འདས་པ་ནི་འདས་པ་དང་། དེ་རིང་ཡོད་པ་ནི་ད་ལྟར་བ་དང་།  
 ཞག་སྐྱེ་མར་འབྱུང་བ་ནི་མ་འོངས་པ་འོ། །མཁས་སྒྲུ་མ་བྱེ་བ་འདུས་པའི་  
 སྒྲོལ། །རུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མ་རྟོགས་པ། །བདག་སྒྲོའི་ཉིན་བྱེད་དཀྱིལ་  
 འཁོར་གྱིས། །སྒྲོན་མེད་རབ་རྒྱ་གསལ་པར་བྱས། །ཆོས་དགེ་བ་དང་སྒྲིགས་  
 པས་མི་དགེ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་ཐོབ་པ་རིམ་པ་བཞིན་དགེ་མི་དགེ་  
 ལྷང་མ་བསྟན་ཏོ། །ཁམས་གསུམ་ལས་གང་རུང་དེར་གཏོགས་པའི་ཆོས་  
 རྒྱུ་མས་ཀྱི་ཐོབ་པ་རང་ཁམས་པ་ཁོ་ན་འོ། །ཁམས་གསུམ་དུ་མ་གཏོགས་  
 པའི་ཆོས་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ཐོབ་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་དུ་གཏོགས་པ་དང་ཟག་མེད་  
 དེ་རྒྱུ་མ་པ་བཞིན་འོ། །དེ་ཡང་བཏགས་མིན་གྱི་ཁམས་གསུམ་དང་། བཏགས་  
 འཕྱོག་ཟག་བཅས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་དང་། དེ་ཟག་མེད་  
 ཀྱིས་ཐོབ་པ་དང་། ལམ་བཤེད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཟག་མེད་དོ། །སྒྲོབ་པའི་ཆོས་  
 ཀྱི་ཐོབ་པ་སྒྲོབ་པ་དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོབ་པ་མི་སྒྲོབ་པ་ཡིན་ལ།





སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པ་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོབ་པ་སྒྲོབ་པ་དང་། མི་  
 སྒྲོབ་པ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་གསུམ་སྟེ། བརྟགས་འགོག་སྒྲོབ་ལམ་  
 གྱིས་ཐོབ་པ་སྒྲོབ་པ་དང་། དེ་མི་སྒྲོབ་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པ་མི་སྒྲོབ་པ་དང་། དེ་  
 སྒྱུས་ཐོབ་པ་བརྟགས་མིན་དང་ཟག་བཅས་གྱིས་ཐོབ་པ་གཉིས་ཀ་མིན་པ་  
 རོ། །མཐོང་སྤང་གི་ཐོབ་པ་མཐོང་སྤང་དང་། སྒྲོམ་སྤང་གི་ཐོབ་པ་སྒྲོམ་  
 སྤང་ཡིན་ལ། སྤང་བྱ་མིན་པ་ནི་བརྟགས་མིན་གྱི་ཐོབ་པ་དང་བརྟགས་  
 འགོགས་སྒྱུས་ཐོབ་པ་སྒྲོམ་སྤང་དང་། དེ་ཟག་མེད་གྱིས་ཐོབ་པ་དང་  
 ལམ་བཤེན་གྱིས་ཐོབ་པ་སྤང་བྱ་མིན་པ་གཉིས་སུ་འདྲོད་དོ། །ཡང་དུས་  
 གསུམ་པ་ཡི་ཞེས་པའི་དམིགས་བསལ་ནི། མ་བསྐྱབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་  
 ཡིན་པའི་ཐོབ་པ་ནི་སྟོབས་རྒྱུ་བས་ལྟན་ཅིག་སྟེ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། སྤྱི་ཕྱིར་སྟེ་བ་  
 མེད་པས་འདས་པའི་འདས་པ་ཁོ་ན་སོགས་མེད་དོ། །ཐམས་ཅད་དམ་ཞེ་  
 བ། མངོན་ཤེས་ལུང་མ་བསྟན་གཉིས་དང་སྒྲོམ་བྱུང་གི་སྤྱལ་སེམས་མ་  
 གཏོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་སྟོབས་རྒྱུ་བས་སྤྱི་ཕྱིར་སྟེ་བ་གསུམ་ཀ་  
 ཡོད་དེ། མ་བསྐྱབས་པར་མ་ཟད། བསྐྱབས་པའི་ལུང་མ་བསྟན་ཆོངས་པ་  
 ཆེན་པོའི་གཡོས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་རིག་བྱེད་གྱིས་འང་.....  
 ཐོབ་པ་ལྟན་ཅིག་སྟེ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། ཀུན་སྒྲོང་སྟོབས་རྒྱུ་བས་སོ། །ཅི་ལུང་མ་  
 བསྟན་གྱི་ཐོབ་པ་ལ་བྱེ་བྲག་ཡོད་པ་ལྟར་དགེ་མི་དགེའི་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་བྱེ་  
 བྲག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། འདྲོད་པ་ན་དགེ་མི་དགེའི་གཟུགས་ཀྱི་ཐོབ་  
 པ་ནི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱིར་སྟེ་བ་ནི་མེད་གྱི་.....  
 ལྟན་ཅིག་དང་བྱིས་སྟེ་བ་ནི་ཡོད་དོ། །མ་ཐོབ་པ་ཐམས་ཅད་མ་བསྐྱབས་  
 ལུང་མ་བསྟན་ཉིད་དེ། དག་བཙམ་པ་དང་དགེ་ཙམ་ཆད་པ་ལ་ཡང་ཡོད་





པས་སོ། །དུས་ནི་འདས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་ཆས་ཀྱི་མ་སྐོབ་པ་དེ་ནི་སྤྱི་  
 ལྷན་ཅིག་པ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་རང་ཡོད་དུས་ན་མ་སྐོབ་པ་མི་སྤྲིད་པས་ཆོས་  
 ད་ལྟར་བ་ལ་མ་སྐོབ་པ་ད་ལྟར་བ་མེད་དོ། །འདོད་པ་སོགས་ཁམས་གསུམ་  
 དང་དྲི་མེད་ཀྱི་འང་མ་སྐོབ་པ་ཁམས་གསུམ་ན་རེ་རེ་སྟེ། མ་སྐོབ་པ་ནི་རྟེན་  
 དབང་བཅན་གྱི། སྐོབ་པ་བཞིན་ཆོས་དབང་མི་བཅན་པས་འདོད་པའི་  
 རྟེན་ཅན་གྱི་ཆོས་གསུམ་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་མ་སྐོབ་པ་བཞི་ནི་འདོད་པ་ན་.....  
 སྤྲིད་པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྟེན་ཅན་གཉིས་ལ་འང་སྐྱར་  
 བས་གསུམ་ཆུང་བཞི་ལོ། མ་སྐོབ་པ་ཟག་མེད་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དེ། ཟག་  
 མེད་ཀྱི་ལམ་ཡེ་མ་སྐོབ་པ། སོ་སོ་སྐྱེ་བོར་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་འདོད་ལ། སོ་སྐྱེ་  
 ནི་ཟག་མེད་དུ་མི་འོས་པས་སོ། མ་སྐོབ་པ་དེ་རི་ལྟར་ཉམས་པར་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། ཆོས་གང་གི་མ་སྐོབ་པ་དེ་ཆོས་དེ་སྐོབ་པ་དང་། ས་གོང་འོག་ཏུ་འཕོས་  
 བས་ནི་རྣམ་པར་ཉམས་ཤིང་མ་སྐོབ་པ་འཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་  
 མ་རྟེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ནི་འཕགས་ལམ་རྟེན་པས་.....  
 ཉམས་ལ། འདོད་པའི་སོ་སྐྱེ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོར་འཕོས་པས་དང་།  
 སྤྲིད་ཅེ་ནི་སོ་སྐྱེ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྐྱེས་པས་ཉམས་ཏེ་ས་འཕོས་པའི་སོ་.....  
 སྐྱེར་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྐོབ་པ་དང་མ་སྐོབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལ་ཡང་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པས་ཆོས་དེ་དང་དེའི་སྐོབ་པ་དང་སྐོབ་པའི་སྐོབ་པ་སྟེ་.....  
 གསུམ་ཡོད་ཅིང་། སྐོབ་པས་ཆོས་དེ་དང་སྐོབ་པའི་སྐོབ་པ་དག་ལྷན་པར་  
 འགྱུར་ལ། སྐོབ་པའི་སྐོབ་པས་ནི་སྐོབ་པ་ཁོ་ན་ལྷན་པར་བྱེད་པས་ཐུག་  
 མེད་དུ་མི་འགྱུར་བར་འདོད་དོ། །གོང་མ་བ་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་འཕེལ་  
 འབྱེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་འཆད་དོ། །གཉིས་པ་སྐལ་མ་ཉམ་བ་ཤད་པ་ནི།





སྐལ་མཉམ་ཞེས་པ་ཅི་ཞེ་ན། སྐལ་མཉམ་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་འདྲ་བའི་ཐུག་ཏེ། རིགས་མཐུན་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །དབྱེ་ན་གཉིས་  
 ཏེ་སེམས་ཅན་ཅམ་དུ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་སྒྲི་དང་། ལྷ་སོགས་སུ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་  
 བྱེ་བྲག་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཆོས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ལ་སེམས་  
 ཅན་གྱི་སྒྲི་སྒྲོ་མཚུངས་པར་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་འདོད་ལ། གོང་མ་  
 བས་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་ཕུང་པོ་འདྲ་བ་ལ་བཞེད་དོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། འདུ་ཤེས་མེད་པ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཞེ་ན། འདུ་ཤེས་མེད་པ་བ་ཞེས་  
 པའི་ཐུག་ནི། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་ལྟར་སྒྲེས་པའི་རྟེན་ལ་མ་འོངས་པའི་  
 སེམས་དང་སེམས་བྱང་རྣམས་དུས་གཞན་གྱི་བར་དུ་སྒྲེ་བར་མི་སྟླར་པར་……  
 འགོག་པའོ། །དེ་ཡང་གཅིག་དུ་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་རྣམ་  
 སྟོན་ནོ། །དེའི་ལྟ་དེ་འབྲས་བུ་ཆེ་བའི་སྒྲུགས་གཅིག་དུ་འཁོད་པས་འབྲས་  
 བུ་ཆེ་བ་ཞེས་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། སྟོམས་འཇུག་དག་ཅེས་པ་ནི་ཅི་ཞེ་ན།  
 སྟོམས་འཇུག་གཉིས་ལས་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ནི། འདུ་ཤེས་  
 མེད་པ་བ་དེ་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཀྱང་སེམས་དང་……  
 སེམས་བྱང་འགོག་པའོ། །ས་བསམ་གཏན་ཐ་མ་བཞི་པར་གཏོགས་ཤིང་  
 ཡིད་བྱེད་ནི་འཁོར་བ་ལས་ངེས་འབྱུང་ཐར་པ་འདོད་པས་འཇུག་ཤོ། །འདུ་  
 ཤེས་མེད་པ་བ་ནི་ལྷང་མ་བསྟན་ཁོ་ན་དང་འདི་ནི་དགོ་བ་ཁོ་ནའོ། །འབྲས་  
 བུ་ནི་སྒྲེས་ནས་ཐྱོང་འཐུར་ཉིད་ཁོ་ན་སྟེ་ཉམས་ཀྱང་ངེས་པར་སྒྲེད་ནས་……  
 འདུ་ཤེས་མེད་པ་བར་སྒྲེ་བས་སོ། །འཇུག་པའི་གང་ཟག་ནི་སོ་སྒྲེ་སྟེ་  
 འཕགས་པ་ནི་འདི་ལ་ལྷང་བའི་གནས་ལྟ་བུར་གཟིགས་པས་སྟོམས་པར་……  
 འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་བསམ་གཏན་ལྟར་དུས་གསུམ་པ་ཐོབ་བམ་ཞེ་ན།





འབད་པས་སྐབ་དགོས་པ་དང་སེམས་མེད་པས་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་དུས་་་་  
 གཅིག་པ་སྟེ་ད་ལྟར་བ་ཁོན་དང་། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ཕན་ཆད་འདས་པ་  
 དང་ལྡན་གྱི། སེམས་མེད་པས་མ་འོངས་པ་མི་ཐོབ་སྟེ། སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ནི་འགོག་པའི་སྟོམས་  
 འཇུག་ཅེས་བྱ་བའང་སྔ་མ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་་་་་་  
 འགོག་པའོ། །སྟོམས་འཇུག་སྔ་མ་དང་ཁྱད་པར་ནི་འདི་ནི་ཆོར་འདུས་སྟེ་  
 རས་དེ་དག་ཞི་བར་གནས་པའི་དོན་དུ་འཇུག་གི་ངེས་འབྱུང་གི་ཡིད་བྱེད་་་  
 གྱིས་མི་འཇུག་གོ། །ས་སྟིང་ཅེ་ལས་སྟེས་པ་དང་ངོ་བོ་དགེ་བ་དང་། སྟེས་  
 རས་དང་། ལན་གྲངས་གཞན་གཉིས་སུ་སྦྱང་འགྱུར་དང་། སྦྱང་བར་མ་  
 ཇེས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །གང་ཟག་འཕགས་པའི་སྟེ་བོ་སྟེ་འཕགས་ལམ་གྱི་  
 སྟོབས་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱར་བ་འབད་པས་ཐོབ་གྱི་འདོད་ཆགས་  
 དང་བུལ་བ་ཙམ་གྱིས་མ་ཡིན་པས་སྔ་མ་བཞིན་དང་པོར་ད་ལྟར་བ་དང་ཕྱི་  
 མ་འདས་པ་དང་ལྡན་གྱི་མ་འོངས་པ་མི་ཐོབ་པོ། །དམིགས་བསལ་ཐོབ་  
 པའི་འགོག་པ་ནི་སྦྱར་བས་མིན་གྱི་ཟད་ཤེས་དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱང་ཆུབ་་་  
 གྱིས་ཐོབ་ཅེས་བྱའོ། །ཁ་ཆེའི་ཡུལ་གྱི་རུབ་སྟོགས་པ་དག་དང་པོར་ཏེ་  
 མཐོང་སྤང་སྟེས་ནས་འགོག་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལས་ལངས་ཏེ་སྟིང་ཅེའི་སྟོམ་་་་  
 སྤང་སྤངས་ཏེ་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་ཆེ་བས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱ་དུག་དང་།  
 སྟིང་ཅེའི་གཉེན་པོ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་དང་། རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་དགུ་  
 ཏེ། སྐད་ཅིག་མ་སྟུམ་ཅུ་ཙེ་བཞི་བར་མ་ཆད་པར་བསྟོམས་བསལ་བྱང་ཆུབ་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འོག་ས་བརྒྱད་ཀྱི་སྤང་བྱ་སྤངས་ཟིན་པས་སྟིང་ཅེའི་





སྤང་བྱ་ལས་མེད་ལ། བར་དེར་འགོག་པ་བསྐྱེད་ན་བསམ་པ་སྤང་བ་ཅན་  
 ཏུ་འགྱུར་པ་ལས་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་སོ། །སྟོམས་འཇུག་དེ་གཉིས་ཀ་  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཡིན་གྱི། གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྟེན་ཅན་མ་  
 ཡིན་ལ་བྱད་པར་ནི་འགོག་པ་དང་པོ་སྐྱེད་པ་ནི་དཀའ་བས་སྟོགས་ལ་བ་.....  
 མིའི་ནང་ཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་ཕྱིས་ནི་གཟུགས་ཁམས་སུ་ཡང་བསྐྱེད་དོ། །སྤང་  
 བྱ་འདིས་པས་སྐྱེ་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་དང་པོར་འཇུག་པའི་ཆེ་ཡང་གཉིས་ཀའི་.....  
 རྟེན་ཅན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་འགོག་སྟོམས་མི་སྲིད་པར་  
 ཐལ། དང་པོར་མིའི་རྟེན་ལ་སྐྱེད་དགོས་ཤིང་། མིའི་རྟེན་ལ་འགོག་སྟོམས་  
 ཐོབ་པ་གཟུགས་ཁམས་སུ་སྐྱེ་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཟུགས་ལ་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཟག་བཅས་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 ཅན་གྱི་གཟུགས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ནས་སྲིད་ཅེའི་སེམས་ཐོབ་.....  
 པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཞིག་གིས་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དག་ཕྱིས་.....  
 གཟུགས་མེད་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལས་ཉམས་པ་གཟུགས་ཁམས་  
 སུ་སྐྱེས་ནས་སྤང་འགོག་པ་མངོན་ཏུ་བྱེད་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་པས་སྐྱོན་.....  
 མེད་དོ། །འོ་ན་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ལྡན་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞི་ན།  
 བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་བས། འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ལས་བསྐྱེད་སྲིད་པར་  
 འདོད་དེ། དག་བཙམ་པ་ཉམས་པའི་ཆས་ཅན་བཞིན་ནོ། །མདོ་སྤེལ་ས་  
 ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་གྱིས་སྤངས་པ་ནི་མི་ལྡོག་གི། ཟག་བཅས་ཀྱི་ལམ་གྱིས་  
 སྤངས་པ་ལྡོག་སྲིད་པར་འདོད་དོ། །ལྟང་སེམས་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་བས་  
 འཇུག་སེམས་འདས་པ་ཇུས་གྲུབ་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ལ། མདོ་སྤེལ་ས་  
 དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལྷས་ལ་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པ་དེ་ལས་སྐྱེ་བར་







འདོད་ཅིང་། དབྱིག་བཤེས་ནི་ཡིད་ཤེས་མི་གསལ་བ་ཡོད་པས་དེ་ལས་སྦྱི  
བར་འདོད་དོ། །ས་སྡེ་ལས་ཀུན་གཞི་མ་བཞག་ན་མདོ་སྡེ་པ་དང་མཐུན་ལ།  
ཀུན་གཞི་བཞག་ན་དེ་ལ་ཡོད་པའི་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་སྦྱིབར་འཆད་དོ།  
བསྐྱ་བ་ལས་ཀུན་གཞི་བཞག་ན་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་ཡང་མངོན་ཏུ་བྱེད་  
ཅེས་གསུངས་པ་ནི་རྣམས་པ་ཡོད་པ་ཅུམ་ལ་དགོངས་ཀྱི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་.....  
རྟེན་ལ་འགོག་པ་དངོས་སུ་བསྦྱེད་པ་མེད་དོ། །གཟུགས་མེད་ཞི་བའི་རྣམ་  
ཐར་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པས་གནས་པ་ནི་ཆོར་འདུ་རགས་པ་ཞི་བའི་དོན་ཏུ་  
འགའ་ཡང་འབད་པ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་བཤད་པ་.....  
བཞིན་ནོ། །ལུ་པ་སྟོག་གི་ངོ་བོ་ནི། སྤང་པོ་རིས་མཐུན་གནས་པའི་རྟེན་གྱི་  
རྣམས་ཏེ། གདགས་པ་ལས་སྟོག་གང་ཞེ་ན། ཁམས་གསུམ་པའི་ཆོ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ནི་འདོད་གཟུགས་གཉིས་སུ་བྱོད་ཀྱི་རྟེན་  
བྱེད་ལ། གཟུགས་མེད་ཏུ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འོ་ན་  
སྟོག་གི་རྟེན་ཡང་དེ་གཉིས་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་པའི་  
ཕྱིར་རྣམས་ཡང་བསྟོག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྟོག་གི་རྟེན་ནི་ལས་ཡིན་  
པས་ལས་ལྟོག་པ་ན་སྟོག་ཀྱང་ལྟོག་པར་འགྱུར་བས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འོ་ན་  
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཡང་ལས་སུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད་ཅེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོས་  
ནས་མ་ཤིའི་བར་ཏུ་རྣམ་ཤེས་དེ་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ངོ་བོར་གནས་པར་ཐལ་བས་  
རྣམ་ཤེས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འོ་ན་བྱོད་ཀྱི་རྟེན་  
ཡང་རྣམ་ཤེས་སུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད། གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་འདོད་  
པའི་རྟེན་སུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གཞན་དག་ཟེར་རོ། །མདོ་སྡེ་པ་ནི།  
ལས་ཀྱིས་འགོ་བ་རིགས་མཐུན་ཏུ་འཕངས་པའི་གནས་པའི་རྣམ་ངེས་པ་ལ་





འདོད་དོ། བྱུག་པ་མཆོན་ཉིད་ནི། འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རྣམས་ནི་སྟེ་  
 བ་དང་། སྐ་བ་དང་། གནས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ། །འོ་ན་བཞི་པོ་ལ་  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དམ་ཅིང་། ཡོད་ན་མཆོན་ཉིད་ཐུག་མེད་ཏུ་  
 འགྱུར་ཞིང་། མེད་ན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་རྣམས་  
 ལ་ཡང་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དེ། སྟེ་བའི་སྟེ་བ་དང་། སྐ་བའི་སྐ་  
 བ་དང་། གནས་པའི་གནས་པ་དང་། མི་རྟག་པའི་མི་རྟག་པའོ། །ཐུག་  
 མེད་ཏུ་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། སུན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་མཆོན་པས་མཆོན་  
 ཉིད་གཞན་མི་དགོས་པས་སོ། །དེ་ཡང་སུན་ཚུན་རི་ལྟར་འཇུག་ཅེ་ན། ཙ་  
 བའི་མཆོན་ཉིད་བཞི་པོ་དེ་བརྒྱད་ལ་འཇུག། མཐུན་པའི་མཆོན་ཉིད་བཞི་  
 པོ་དེ་ཙ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་གཅིག་སྟེ་རེ་རེ་ལ་འཇུག་གོ། །དེ་ལ་སྟེ་བ་  
 བའི་མཆོན་གཞི་འདུས་བྱས་དང་། ཙ་བའི་མཆོན་ཉིད་གཞན་གསུམ་དང་  
 རྗེས་མཐུན་གྱི་མཆོན་ཉིད་བཞི་ལ་འཇུག་པས་བརྒྱད་ལ་འཇུག་སྟེ། བརྒྱད་  
 པོ་མ་འོངས་པ་ནས་ད་ལྟར་ཏུ་འབྲེན་པའི་ཕྱིར། སྟེ་བའི་སྟེ་བས་ནི་སྟེ་བ་ཁོ་  
 བ་ད་ལྟར་ཏུ་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་སྐ་བས་ཆོས་བརྒྱད་རྙིང་  
 པར་བྱེད་ལ། སྐ་བའི་སྐ་བས་སྐ་བ་གཅིག་སྟེ་རྙིང་པར་བྱེད་དོ། །གནས་  
 པས་ཆོས་བརྒྱད་གནས་པར་བྱེད་ལ། གནས་པའི་གནས་པས་གནས་པ་  
 གཅིག་སྟེ་གནས་པར་བྱེད་དོ། །ཙ་བའི་མི་རྟག་པས་དོན་བརྒྱད་འཇིག་  
 པར་བྱེད་ལ། མི་རྟག་པའི་མི་རྟག་པས་མི་རྟག་པ་གཅིག་སྟེ་འཇིག་པར་  
 བྱེད་དོ། །འོ་ན་འདུས་བྱས་མི་སྟེ་བའི་ཆོས་ཅན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། མཆོན་ཉིད་སྟེ་བ་མ་ཆང་བས་སོ། །གལ་ཏེ་ཆང་ན་སྟེ་བས་སྟེ་  
 བར་འགྱུར་བས་མི་སྟེ་བ་ཞིས་རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། སྟེ་བ་ཆང་ཡང་བྱ་བ་མི་



བྱེད་པར་གནས་པས་སྒྱུ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་སྒྲེ་བས་མ་འོངས་པ་སྒྱེད་པ་  
 ཡིན་ན་མ་འོངས་པ་ཅིག་ཅར་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཞེན། རྒྱ་དང་རྒྱུ་ཚྭ་གས་པ་  
 མེད་པར་སྒྲེ་བ་ཁོ་ནས་བསྒྱེད་བྱ་མ་འོངས་པ་རྣམས་སྒྱེད་པར་བྱེད་པ་མིན་  
 པས་སྒྱུ་མེད་དོ། །མདོ་སྒྲེ་པ་རྣམས་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་སྒྲེ་བ་སྒྲེ་  
 བ་སོགས་བཞི་པོ་བཞག་པ་ཡིན་གྱི། སྐད་ཅིག་རེ་ལ་བཞི་ཆད་བ་མི་འདོད་  
 དེ། རི་སྐད་དུ། རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་སྒྲེ་བ་སྒྲེ། རྒྱུ་གནས་དེ་ཆད་འཇིག་  
 པ་ཡིན། རྒྱུ་གྱི་སྒྲེ་ཕྱི་འོ་བྱེད་བྱ་གིས། གནས་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་པར་  
 འདོད། ཅེས་སོ། །མདོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལྟར་ན། སྤང་པོ་འོ་དོན་ལ་སྒྲེ་  
 བ་སོགས་འདོད་ཀྱི་སྒྲེ་རྒྱུ་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་སྒྲེ་རྒྱུ་  
 རི་འཇིག་ཆགས་ཀྱི་རབ་དུ་སྒྲེ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མིང་གི་ཚྭ་གས་ལ་  
 སོགས་པ་གསུམ་ནི་གཟུགས་དང་སྒྲེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དོན་གྱི་རོ་པོ་ཅམ་སྒྲེ་བ་  
 མིང་དང་། འདུ་བྱེད་མི་རྟག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དོན་སྒྲེ་ཅམ་གྱིས་དོན་རྟོགས་  
 ཤིང་བྱ་བ་དང་ཡོན་ཏན་དང་དུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཁྱད་པར་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཚིག་དང་ལྟ་ལི་སོགས་དོན་མི་སྒྲེ་བའི་སྒྲེ་སྒྲེ་ནི་ཡི་གེའོ། །ཚྭ་གས་  
 རི་དུ་མའོ། །མིང་ཚྭ་སོགས་གསུམ་པོ་ཡང་རྣ་བས་ཐོས་པའི་སྒྲེ་མ་ཡིན་གྱི་  
 ཉན་ཤེས་ཀྱི་རྩིས་སུ་སྒྲེས་པའི་ཡིད་ལ་སྤང་བ་སྒྲེ་ལས་རྩིས་གཞན་ལྟར་མིན་  
 འདུ་བྱེད་དོ། །སྒྲེ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དུས་སུ་སྒྲེ་འགགས་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཤེས་  
 དང་ཡིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་གཟུགས་  
 སེམས་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་འདུས་བྱས་དོན་གཞན་ལོ། །མདོ་སྒྲེ་པ་ནི་  
 ཉན་ཤེས་ཀྱིས་ཐོས་པའི་སྒྲེ་ཡིན་པས་གཟུགས་སྤང་གིས་བསྐྱུས་པར་འདོད་  
 དོ། །དེ་རྣམས་འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཁོ་ནར་གཏོགས་ཏེ། སྒྲེ་སྒྲེ་ཡིན་པའི་

གྱུང་། རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པས་སེམས་ཅན་རྒྱ་སྟོན་པ་དང་། བྱུང་བ་གསུམ་  
 ལས་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བས་རྒྱ་མཐུན་དང་། འདོད་རྒྱུར་འབྱུང་  
 བས་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཡིན་ཞིང་། གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པས་རྒྱས་བྱུང་མ་ཡིན་  
 རོ། །དགེ་ཅ་ཆད་པ་དང་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་ལ་ཡང་ལྡན་པས་དགེ་མི་  
 དགེ་ལུང་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མ་བསྐྱེད་པས་ཁོ་ནའོ། །ཇི་ལྟར་མིང་  
 ཆོག་སོགས་སེམས་ཅན་རྒྱ་སྟོན་པ་དང་རྒྱ་མཐུན་དང་མ་བསྐྱེད་པས་ཡིན་...  
 པ་དེ་བཞིན་རྒྱ་ལས་མཉམ་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་དག་སྟེ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འདྲ་བའི་  
 ཆ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ལས་སྟེས་པ་འདྲ་ཡིན་རོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཡོད་པས་ཁམས་གསུམ་པའོ། །འདྲ་ནི་རྒྱ་མཐུན་རྒྱ་མ་ཟད་ཅེས་པའོ། །  
 ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཐོབ་པ་རྣམ་སྤྲིན་སྟེས་དང་ཆོས་གཞན་གྱི་ཐོབ་པ་རྒྱ་  
 མཐུན་སྟེས་ཏེ་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །ཁྱད་པར་གཞན་ནི་རང་རྒྱུད་རྒྱ་  
 གཏོགས་པ་ཞེས་དང་། དེར་གཏོགས་རྣམས་ཀྱི་རང་ཁམས་པ་ཞེས་དང་།  
 དགེ་ལ་སོགས་ཀྱི་དགེ་ལ་སོགས། ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །མཆོད་ཉིད་རྣམས་  
 ཀྱང་ཐོབ་པ་བཞིན་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་སྤྲིན་སྟེས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་རྣམ་  
 སྤྲིན་སྟེས་དང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་བ་སྟེ། ཟག་  
 མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དམིགས་བསལ་ལོ། །དགེ་བ་སོགས་གསུམ་ཀ་ཡོད་དེ།  
 འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པར་ཡོད་པས་སོ། །སྟོམས་འཇུག་གཉིས་ནི་  
 དགེ་བ་ཡིན་པས། རྣམ་སྤྲིན་མ་ཡིན་ཞིང་གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་  
 རྒྱས་འབྱུང་མ་ཡིན་པས་རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་བ་ཁོ་ནའོ། །སེམས་ཅན་གྱི་  
 རྒྱུད་ལ་ལྡན་པས་སེམས་ཅན་རྒྱ་སྟོན་པར་ཡང་གྲུབ་པོ། །མི་ལྡན་པ་ཡང་  
 གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པས་རྒྱས་བྱུང་མ་ཡིན་ལ། རྟོན་གྱི་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་





རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་སྟེན་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་བྱེད་རྒྱ་དང་། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་གཉིས་  
 ཀྱང་ཡིན་མོད་ཀྱི་འདིར་དང་ལྟན་ཅིག་པའི་ཆོས་གཞན་སྟེ་བའི་གྲོགས་སུ་  
 ཟུར་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་ཞེས་ཐ་སྟངས་བྱས་སོ། །རང་རང་གི་  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་ལ་ལྟོས་ཏེ་རྒྱ་ལྡེ་པོ་ཐམས་ཅད་  
 བྱེད་རྒྱ་དང་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་སྐལ་མཉམ་གསུམ་ཀྱི་ཡིན་ཡང་རང་  
 རང་གི་བྱེད་ལས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རེ་ལ་ལྟོས་ནས་ཐ་སྟངས་སོ་སོར་བྱའོ། །  
 དེ་ལ་འབྱུང་བ་ནམས་ནི་རང་དང་ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་ཁྲའི་འབྱུང་བ་  
 ནམས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན་ལ་ལྟན་ཅིག་པའི་འབྱུང་ཟུར་ནམས་ཀྱི་  
 ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བའི་རྣམ་པས་ལྟན་ཅིག་པའི་འབྱུང་  
 ཟུར་སྟེད་པ་ཡིན་གྱི་འབྱུང་འཇུར་དང་འགྲོགས་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་འཇུར་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་འབྱུང་བ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྱུང་འཇུར་ནང་  
 བན་ཚུན་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོན་པའི་སྟོང་བ་  
 བདུན་པོ་ནང་པན་ཚུན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྟོན་པའི་སྟོང་བ་བདུན་པན་  
 ཚུན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་འབྱུང་འཇུར་པན་ཚུན་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་  
 ཡིན་པ་མེད་དོ། །འབྱུང་འཇུར་གྱི་འབྱུང་བའི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་མི་བྱེད་  
 ཅེས་བཤད་གྱི། སྟུར་འབྱུང་འཇུར་གྱིས་འབྱུང་བ་མི་སྟེད་ཅེས་སྟེ་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་ནམས་ཀྱི་དེ་ནམས་གཅིག་ཅེས་འབྱུང་བས་སོ། །  
 མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱང་གིས་བསྐྱས་པ་ཁོ་ན་ཉི་ལྟན་  
 མིན་འདུ་བྱེད་དང་། གཟུགས་ཅན་ནམས་ལ་མཚུངས་ལྟན་གྱི་དོན་མེད་  
 པས་སོ། །མཚུངས་པ་ལྡས་མཚུངས་ལྟན་གྱི་སྟོན་ནས་པན་ཚུན་གྲོགས་སུ་  
 ཟུར་པས་མཚུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ཉི་འདི་ནི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱའི་བྱེད་བྱ་གོ། །





ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ནི་མཐུན་པའི་.....  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་གཞི་འདུས་བྱས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་མི་བྱེད་པ་ལྟ་.....  
 བུའོ། །སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ནི་རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་མས་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་སྦྱེད་པ་ལ་  
 ལྟས་ནས་སྐལ་མཉམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱས་མ་བསྐྱས་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི། དགེ་བ་སྦྱར་བྱུང་གིས་རང་དང་མཉམ་པ་  
 དང་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། ཉན་མོངས་པ་ཅན་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཉན་མོངས་ཅན་ཕྱི་མ་དང་ལུང་མ་བསྐྱན་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །  
 སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་མ་བསྐྱས་པ་ཡང་ནས་ཀྱིས་ནས་དང་། སྐན་མས་  
 སྐན་མའི་རྒྱ་བྱེད་ཅིང་གོ་འབྱེད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་འདྲ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྤང་བྱ་ནི་རིགས་ལྟ་སྟེ།  
 སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་སྤང་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་འགྲོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་.....  
 སྤང་དང་སྒྲོམ་སྤང་ངོ་། །སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་སྤང་གིས་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་  
 སྤང་ཁོ་ནའི་དང་སྤང་བྱ་སྤྱག་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་འདྲོད་  
 པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་རྣམས་དང་གོང་མའི་སྤྱག་བསྐྱལ་རྣམས་སྤང་བྱ་རིགས་.....  
 གཅིག་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ན། ས་མི་  
 གཅིག་པ་རྣམས་ཕན་ཚུན་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་བཅས་རྣམས་  
 བྱི་སྟེང་པའི་རིགས་སུ་བཅད་པའི་ཕྱིར། ཟག་མེད་རྣམས་ནི་ལྷགས་མཐུན་  
 ཏུ་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་ཆེ་ས་འོག་མའི་ལམ་གྱིས་ས་གོང་མའི་ལམ་གྱི་.....  
 སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་བྱེད་ལ་ལྷགས་མི་མཐུན་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཆེ་ས་གོང་མའི་.....  
 ལམ་གྱིས་ས་འོག་མའི་ལམ་གྱི་རྒྱ་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་དབང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་གྱིས་  
 དེ་ཉིད་དང་དབང་པོ་འཕོ་བའི་ཆེ་དབང་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་སྐལ་པ་མཉམ་.....





པའི་རྒྱ་ཡང་བྱེད་དོ། །རྣམ་པོས་ནི་རྣམ་པོ་ཁོ་ནའི་བྱེད་ཀྱི་བརྒྱལ་པོ་དང་  
 འབྲིང་མི་བྱེད་དོ། །ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ནི་རང་དང་ས་གཅིག་པའི་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་ཕྱི་མ་སྐྱེ་བའི་གོ་འབྱེད་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་སྤེལ་དིས་ནི་སྐལ་  
 མཉམ་ལྟར་སྤང་བྱ་རིགས་མཐུན་ཁོ་ནའི་རྒྱ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི་སྤང་བྱ་.....  
 རིགས་ལྷ་ཆར་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པས་ཀུན་འགྲོ་ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་ནི་མི་  
 དགེ་བ་དང་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཁོ་ན་སྤེ། ལུང་མ་བསྟན་སྟོབས་ཞན་པས་  
 རྣམ་སྤྲིན་སྤྱིད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཟག་མེད་ནི་སྤྱིད་པའི་ལྷན་དང་  
 བལ་བས་རྣམ་སྤྲིན་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར། འགའ་ཞིག་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྩ་  
 བའི་མཚན་ཉིད་བཞི་པོ་ཡང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་  
 བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོལ། །འོ་ན་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གང་རུང་ཡིན་  
 པར་ཐལ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པར་མ་ངེས་ན།  
 མཚུངས་ལྡན་རྒྱ་ནི་ཞེས་སོགས་དང་འགལ་ལོ། །དེ་བཞིན་རུ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
 རྒྱའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རྣམ་སྤྲིན་རུ་འདོད་པ་ཡང་རིགས་པ་འདིས་  
 བཤགས་སོ། །གཉིས་པ་ཆོག་གི་དོན་ལ་རྒྱ་རྣམ་པ་དུག་སྤེ། དུག་གང་ཞེ་ན།  
 བྱེད་རྒྱ་དང་། ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་དང་།  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་རྒྱ་དང་། ཀུན་རུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་དང་། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
 རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་  
 བས་རང་ལས་གཞན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱ་སྤེ། དེ་ཡང་  
 རུས་མེད་དང་རུས་བཅས་གཉིས་སོ། །ལྟན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱ་ནི། ཆོས་གང་  
 སན་ཚུན་ཟླ་དང་བཅས་པ་གཅིག་གི་འབྲས་སུ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་ནང་སན་ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་ལྱུར་པ་.....







བཞིན་དང་། སེམས་ཀྱི་རྩིས་འཇུག་དང་སེམས་གཉིས་བཞིན་དང་།  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟེ་སྟགས་བཞི་དང་། མཚན་གཞི་འདུས་བྱས་  
 བཞིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་སྟོབས་ཀྱིས་གཅིག་གིས་གཅིག་སྟེ་བའི་ཁྱེན་  
 བྱས་པས་སོ། །སེམས་ཀྱི་རྩིས་འཇུག་གང་ཞེ་ན། སེམས་ལས་བྱང་བ་ཐམས་  
 ཅད་དང་། སྟོན་པ་བསམ་གཏན་དང་ཟག་པ་མེད་པ་གཉིས་དང་། སེམས་  
 ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟེ་སྟགས་བཞི་དང་། སེམས་བྱང་དང་སྟོན་གཉིས་དེ་དག་  
 གི་མཚན་ཉིད་སྟེ་སྟགས་ནི་སེམས་ཀྱི་རྩིས་འཇུག་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་འཇུག་  
 ཅེ་ན། མདོར་བསྟན་བཅུ་ཉེ། ཏུས་ལས་སེམས་དང་སྟེ་འགག་གནས་  
 གསུམ་གཅིག་པ་དང་། ཏུས་ཙམ་གཅིག་པ་སྟེ་བཞི་དང་སྟེས་བྱ་བྱེད་པ་  
 དང་། བྲལ་བའི་འབྲས་བྱ་དང་སྟགས་པས་རྒྱ་མཐུན་དང་ནམ་མཁུན་གཅིག་  
 པ་སྟེ་གསུམ་དང་། དགེ་བ་དང་སྟགས་པས་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བཟུན་  
 ཏུ་གཅིག་པས་སོ། །བཅུ་ནི་རིགས་ཀྱི་དབང་ཏུ་བྱས་ཀྱི་བཅུ་ཆར་སེམས་  
 གཅིག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྟགས་གསུམ་འགལ་བ་སྟགས་ཀྱི་ཕྱིར། །  
 གསུམ་པ་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ནི། འདྲ་བས་མུ་མས་ཕྱི་མ་སྟེད་ཅིང་གོ་འབྱེད་  
 པའོ། །དེ་ཡང་ཟག་བཅས་ལ་ནི་སྤང་བྱ་རིགས་ལྡེ་ལས། རང་རིག་དང་དེ་  
 ཡང་རང་གི་ས་པ་དང་འབྲས་བྱའི་སྤང་སྟེས་པའི་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་.....  
 རྣམས་ཕྱིས་སྟེས་པ་དང་མ་སྟེས་པའོ། །རང་སར་ངེས་སམ་ཞེ་ན། ཟག་  
 བཅས་ལ་ངེས་ལ་མི་ལྟོགས་མེད་ནས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་བར་ས་དགའི་ལམ་...  
 བདེན་ནི་མན་རྩེན་ཏུ་རང་དང་མཉམ་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སྐལ་.....  
 མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་དམན་པའི་མ་ཡིན་ནོ། །ནི་ཞེས་པ་དགར་བའོ། །  
 འཇིག་རྟེན་པའི་སྤྱིར་བྱང་ཡང་མཉམ་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་གཉིས་ཁོ་...





ནའི་ཡིན་གྱི་དམན་པའི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཐོས་པ་དང་བསམ་བྱུང་  
 དང་། སོགས་པས་སྒྲིམ་བྱུང་ནམས་མཉམ་པ་དང་། བྱད་པར་ཅན་གྱི་རྒྱ་  
 ཡིན་གྱི་དམན་པའི་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་ནི་  
 སེམས་དག་དང་སེམས་བྱུང་རྟེན་དབང་པོ་མཚུངས་པ་ཅན་ཏེ། རོན་  
 མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྡས་མཚུངས་པ་ནམས་སོ། །ལྲ་པ་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ནི་  
 རྟོན་མོངས་ཅན་ཕྱི་མ་ནམས་གྱི་རྒྱ་རང་སའི་ཀུན་འགྲོ་སྤར་སྤྱེས་པ་ནམས་...  
 ཏེ། རྒྱག་པ་ནམ་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱ་ནི་མི་དགེ་པ་དང་། དགེ་བ་ཟག་བཅས་ནམས་  
 ཁོན་པོ། །ཀུན་འགྲོ་དང་སྤལ་མཉམ་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་ཏེ་རྒྱས་གཉིས་  
 པ་སྟེ། དེ་དག་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བྱ་ཅན་ཡིན་ལ། མ་འོངས་པ་འཆོལ་བ་  
 ཡིན་པས་སྤྱི་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་མཚུངས་ལྡན་ནམ་  
 སྒྲིམ་གསུམ་པོ་ནམས་ནི་རྒྱས་གསུམ་པའོ། བྱེད་རྒྱ་ནི་རྒྱས་ཐམས་ཅད་པ་  
 དང་རྒྱས་དང་བྲལ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འབྲས་བྱ་ལ་བསྟན་བཤད་  
 གཉིས་གྱི་དང་པོ་ནི། རྒྱ་དེ་ནམས་གྱི་འབྲས་བྱ་གང་ཞེ་ན། བསྟན་བཅོས་  
 ལས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་དང་  
 བཅས་པ་ནི་འབྲས་བྱར་བཤད་དོ། །འདུས་མ་བྱས་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་དེ་  
 དག་མེད་དེ། རྒྱ་རྒྱག་དང་འབྲས་བྱ་ལྡེ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤྱི་མི་སྤྱིད་  
 པས་སྤྱི་བ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་ཅམ་གྱི་བྱེད་རྒྱ་ཡང་མེད་ལ། རྒྱས་ལས་གྲོལ་བ་  
 ལ་འབྲས་བྱ་འཛིན་འབྲིན་གྱི་མཐུ་མེད་པས་འབྲས་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་གང་གི་འབྲས་བྱ་གང་ཡིན་པ་དང་། འབྲས་བྱ་  
 ལྡེ་རོ་པོ། །དང་པོ་ནི། འབྲས་བྱ་གང་རྒྱ་གང་གི་ཡིན་ཞེ་ན། རམ་སྒྲིམ་  
 གྱི་འབྲས་བྱ་ནི་རྒྱའི་གངས་ཐ་མ་ནམ་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ལ།





བདག་པོའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱའི་གངས་དང་པོ་བྱེད་རྒྱ་འབྲས་བུ་ཡིན་ཅིང་རྒྱ་  
 མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་སྐལ་མཉམ་དང་ཀླན་འགྲོའི་འབྲས་བུ་ལྟོས་བྱ་  
 བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བ་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་གཉིས་་་་  
 གྱིའང་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆུམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐགས་ལྷ་  
 པོ་སྐ་སྐའི་ངོ་པོ་ཅི་ཞེ་ན། ཆུམ་སྒྲིན་མ་བསྐྱེབས་ལུང་དུ་མ་བསྐྱན་པའི་ཆོས་  
 དང་། སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་དང་རྒྱ་ལུང་བསྐྱན་པ་དག་མི་དག་ལས་ཕྱིས་  
 འབྲུང་བ་ཡིན་གྱི། ལྷན་ཅིག་དང་དེ་མ་ཐག་དུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་  
 མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་དང་འདྲ་བར་ཕྱིས་འབྲུང་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་དང་མ་བསྐྱེབས་ལུང་མ་བསྐྱན་པ་དང་། དག་བ་ཟག་བཅས་  
 དང་ཟག་མེད་འདུས་བྱས་ཏེ་བཞི་པོ་གང་དུང་དུ་འདྲ་བའོ། །བྲལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་ནི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གྱི་སྒོ་སྟེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤང་བ་ཟད་པ་་་་  
 སྐ་སྐར་བརྟགས་འགོག་སྟེ་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་གྱི་ལམ་གཉིས་ཀའི་་་་  
 ཡོད་པར་གཞུང་འདི་དང་བསྟུ་བར་བཤད་དོ། །རྒྱ་གང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 འབྲས་བུ་གང་སྟེ་བའམ་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་དེ་སྟེས་བུའི་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་་་  
 བ་ལྟ་བུར་རྒྱ་རྩས་བཅས་ལས་སྟེ་བའམ་ཐོབ་པས་དེ་སྐད་ཅིས་བརྗོད་དེ།  
 ལྷན་བྱ་རོག་ཀང་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་སྟེ་བ་ནི་ས་འོག་མའི་སྦྱར་བའི་སེམས་  
 ཀྱིས་གོང་མའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལྟ་བུ་དང་། འཐོབ་པ་ནི་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 གྱི་བརྟགས་འགོག་གོ། །རྒྱ་ལས་སྤྲ་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པས་རྒྱའི་སྟོན་དུ་  
 བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་དུས་མཉམ་པ་དང་ཕྱིས་གྱི་འདུས་བྱས་རྣམས་ནི་འདས་་་  
 པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་འདུས་བྱས་ཁོན་འི་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་ལྟོས་། །གསུམ་པ་  
 རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་ཆོས་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱས་འབྲས་བུ་འཛིན་





འབྲིན་གྱི་རྒྱལ། འབྲས་བྱ་གང་རྒྱ་རྒྱུ་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱ་གང་  
 གིས་རྒྱས་གང་གི་ཆེ་འབྲས་བྱ་འཛིན་པ་དང་འབྲིན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་ཕྱི་མ་  
 ལུ་པོ་ད་ལྟར་བས་འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དངོས་སུ་འཛིན་ལ་ལྟན་ཅིག་།  
 འབྲུང་བ་དང་མཚུངས་ལྟན་གཉིས་ནི་རྒྱ་འབྲས་རྒྱས་མཉམ་པས་ད་ལྟར་...  
 བའི་རྒྱས་ཁོ་ནར་འབྲས་བྱ་རབ་རྒྱ་འབྲིན་པར་བྱེད་དོ། །སྐལ་མཉམ་དང་  
 ཀུན་འགྲོ་གཉིས་དག་གི་སྐད་ཅིག་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པའི་རྒྱས་གཉིས་  
 པ་ལ་འབྲས་བྱ་འབྲིན་ན་ད་ལྟར་བས་འབྲས་བྱ་འབྲིན། བར་རྒྱ་ཆོད་པས་  
 སྐྱེད་ན་འདས་པས་འབྲིན་ནོ། །གཅིག་སྟེ་རྣམ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་ནི་ལྟན་ཅིག་གམ་  
 དེ་མ་ཐག་རྣམ་སྟོན་འབྲིན་པ་མེད་པས་འདས་པ་ཁོ་ནས་རྣམ་སྟོན་འབྲིན་...  
 ནོ། །བྱིད་རྒྱ་ནི་འབྲས་བྱ་འཛིན་པ་དང་འབྲིན་པ་དག་རྒྱ་ལཱི་ཁོངས་སུ་  
 འདུས་ལ། གཞན་ལ་ནི་འབྲས་བྱ་འཛིན་འབྲིན་གྱི་མཐུ་མེད་དོ། །འབྲས་བྱ་  
 འཛིན་པ་དང་འབྲིན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གང་ཞེ་ན། འཛིན་པ་ནི་  
 འབྲས་བྱ་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། འབྲིན་པ་ནི་རྒྱས་པ་དེས་  
 འབྲས་བྱ་མངོན་གྱུར་རྒྱ་བསྐྱབས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། འབྲས་བྱ་གང་ཞིག་  
 རྒྱ་རྒྱས་སྐྱེད་ཅེ་ན། མདོར་བསྟན་ན་ཆོས་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མི་དག་བ་དང་། སྤྱི་བ་པ་གཉིས་དང་རྣམ་སྟོན་སྐྱེས་དང་ལྷག་མ་རྣམ་  
 སྟོན་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་མ་བསྟན་གསུམ་དང་། ཟག་མེད་དང་པོ་མ་ཡིན་  
 པའི་དག་བ་དང་། དང་པོའི་འཕགས་པ་སྟེ་ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་  
 རྣམས་གོ་རིམ་བཞིན་རྒྱ་རྣམ་སྟོན་མ་ཡིན་པ་ལྟ་ལས་དང་། ཀུན་འགྲོ་མ་  
 ཡིན་པ་ལྟ་ལས་དང་། རྣམ་སྟོན་ཀུན་འགྲོ་དེ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་བཞི་ལས་  
 དང་། དེ་གཉིས་དང་སྐལ་མཉམ་སྟེ་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་ལྷག་མ་གསུམ་





ལས་སྒྲིལ། ཆོས་དེ་བཞི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱང་བའི་དབང་དུ་བྱས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་གཟུགས་དང་ལྡན་མིན་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྒྲིལ་ན། །  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་རྒྱ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་དེ་བཞིན་ཏེ། ཆོས་བཞི་པོ་རྣམས་  
 རྒྱ་བཞི་དང་བཞི་དང་གསུམ་དང་གཉིས་ལས་སྒྲིལ། །གཉིས་པ་རྒྱེན་བཤད་  
 པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
 རྒྱེན་གང་ཞེ་ན། རྒྱེན་ནི་རྒྱ་དང་དེ་མ་ཐག་པ་དང་། དམིགས་པ་དང་  
 བདག་པོའི་རྒྱེན་ཏེ། མདོ་ལས་བཞི་པོ་དག་དུ་གསུངས་སོ། །གསུངས་ཞེས་  
 པ་མདོ་སྡེ་པ་ཡང་འདྲོད་པས་མཐུན་པར་སྟོན་པ་ལོ། །རྒྱ་དང་རྒྱེན་ནི་བྱེ་  
 བྱག་དུ་སྐྱེ་བས་རྣམ་གངས་སུ་འདྲོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རྒྱེན་བཞི་  
 སོ་སའི་རང་བཞིན། རྒྱེན་གང་དུས་གང་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ། དངོས་པོ་གང་  
 རྒྱེན་དུ་ལས་སྒྲིལ། དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་བྱེ་བྱག་དུ་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
 རྒྱའི་རྒྱེན་ཞེས་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཕྱི་མ་ལྡ་ཡིན་ནོ། །ཤོང་མ་བ་ནི།  
 ཀུན་གཞིའི་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་བག་ཆགས་དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ས་  
 པོན་ནི་རིམ་པ་ལྟར། ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱེན་ཏེ། རྒྱེན་འདི་  
 ཉེར་ལེན་དང་གཞན་གསུམ་ལྡན་ཅིག་བྱེད་རྒྱེན་འབྲས་བུ་སྒྲིབའི་ཐབས་་་་  
 ཅམ་དུ་བཞེད་པས་འབྲས་བུ་སྒྲིབ་བྱེད་ཡིན་པའི་རེས་པ་མེད་པར་འཆད་་་་  
 དོ། །དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱང་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་དང་  
 སེམས་བྱང་རེ་རེས་རེ་རེའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། རེ་རེས་དུ་མའི་  
 དང་། དུ་མས་རེ་རེའི་དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདིར་དེ་མ་ཐག་  
 རྒྱེན་རེ་རེ་ལས་རྣམ་ཤེས་རེ་རེ་སྒྲིབར་འདྲོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དུ་མ་ཅིག་ཅར་་་་  
 དུ་སྒྲིབར་མི་འདྲོད་པས་སོ། །དེ་མ་ཐག་རྒྱེན་དང་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་





རྒྱུ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ལྷོ་མས་འཇུག་གཉིས་དེ་མ་ཐག་  
 རྒྱུ་སེམས་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ཀྱི་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ལས་མ་ཡིན་...  
 ཏེ། ལྷོ་མས་པར་འཇུག་སེམས་ལས་སྐྱེ་བས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་ལ། རྒྱ་  
 འབྲས་རིགས་གཅིག་པར་མི་མཚུངས་པས་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ལས་  
 སྐྱེ་བ་བཀག་པས་སྟེ། །དེ་མ་ཐག་ཅེས་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོས་  
 གཞན་གྱིས་མ་ཆོད་པ་ལ་བྱའོ། །དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་དེ་ཡང་འབྲས་སུའི་སྤར་  
 སྐྱེས་པ་སྟེ། འབྲས་སུ་བྱི་མའི་གོ་འབྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། ཏུས་  
 མཉམ་དང་བྱིས་འབྱེད་གི་གོ་མི་འབྱེད་པས་སྟེ། །རྣམ་ཤེས་ཆོགས་དུག་  
 ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་ལྟར་ན། རྣམ་ཤེས་རིགས་མཐུན་ཁོ་ནས་དེ་མ་  
 ཐག་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་མི་མཐུན་གྱིས་མི་བྱེད་དེ། རང་འགགས་སྟོབས་  
 ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་བྱི་མ་སྐྱེ་བའི་གོ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། རྣམ་ཤེས་དུ་མ་  
 ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བ་འགལ་བ་མེད་པའི་བྱིར། འདིར་ནི་རེ་རེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་  
 འདོད་པས། རེས་འགའ་རིགས་མཐུན་གྱི་གོ་འབྱེད་པ་དང་། རེས་འགའ་  
 རིགས་མི་མཐུན་གྱི་གོ་འབྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དགྲ་བཅོམ་པའི་སེམས་ཐ་མ་ནི་  
 དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་བྱི་མའི་གོ་འབྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 འོ་ན་དགྲ་བཅོམ་པའི་ཡིད་ཐ་མ་དེ་ཡིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་ཤེས་བྱི་མ་  
 སྐྱེ་བའི་གོ་མི་འབྱེད་པའི་བྱིར། ཞེན། ཡིད་དབང་འདས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 རྣམ་ཤེས་ཡིན་པས་ཡིད་དུ་འཐད་དོ། །དེས་ན་དགྲ་བཅོམ་པའི་སེམས་ཐ་  
 མ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ནོ། །  
 དམིགས་པའི་རྒྱུ་ནི་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་པ་ནས་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་...  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་ནོ། །བྱིད་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་བདག་པོའི་རྒྱུ་དུ་བཤད་དོ། །





གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་གང་དུས་གང་ལ་བྱ་བ་ཞེན། རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་  
 ཅིག་འབྱུང་བ་དང་མཚུངས་ལྟ་བུ་གཉིས་པོ་དག་འགག་པ་ལ་མངོན་...  
 དུ་སྒྲིགས་པ་ད་ལྟར་བ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །སྐལ་མཉམ་ཀུན་འགྲོའི་ཆམ་སྒྲིན་  
 གསུམ་པོ་ནི་སྒྲེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྒྲིགས་པ་མ་འདྲེས་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །  
 རྒྱུ་རྒྱུ་དེ་ལས་གཞན་པ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་དང་དམིགས་རྒྱུ་དག་དེ་ལས་...  
 གོ་རིམ་སྒྲིག་སྒྲེ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ནི་གོ་འབྱེད་པས་སྒྲེ་  
 བ་ལ་དང་། དམིགས་རྒྱུ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་ཤེས་པས་འཛིན་པས་འགག་པ་ལ་  
 བྱ་བ་བྱེད་ལ། བདག་རྒྱུ་ནི་དུས་ཀུན་དུ་མི་སྒྲིབ་པའི་བྱ་བ་ཅན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་ནི། ཡང་རྒྱུ་དུ་ཞིག་གིས་ཆོས་གང་སྒྱུད་ཅེན། རྒྱུ་བཞི་ཡིས་  
 སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཆམས་སྒྱུད་ལ། དམིགས་རྒྱུ་མིན་པ་གསུམ་གྱིས་  
 འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་འགོག་པའི་སྒྲིམས་འབྲུག་གཉིས་སྒྱུད་ལ། དེ་དག་  
 ཤེས་པ་མ་ཡིན་པས་དམིགས་རྒྱུ་ལས་མི་སྒྲེ་ཞིང་སྒྲིམས་པར་འབྲུག་པའི་...  
 སེམས་གྱི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ལས་སྒྲེས་པས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ཅན་ཡིན་གྱི།  
 རང་ཉིད་དེ་མ་ཐག་རྒྱུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ལྟ་མིན་ལྟ་མ་དང་  
 གཟུགས་ནི་རྒྱ་དང་བདག་རྒྱུ་གཉིས་པོ་དག་ལས་སྒྱེད། །དངོས་པོ་ཆམས་  
 ནི་རི་སྐད་བཤད་པའི་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཆམས་ལས་སྒྱེ་ཡི། དབང་ཕུག་དང་  
 རྒྱུས་བྱ་དང་གཙོ་བོ་སོགས་ཉག་པ་གཅིག་ཤུས་སྒྱུད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉག་པ་  
 ལས་སྒྲེ་ན་ལྟས་པ་ལ་ལྟ་བུ་བྱེད་བྱག་མེད་པས་ཅིག་ཅར་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་...  
 ལས། མ་ཡིན་ཏེ། རིམ་གྱིས་སྒྲེ་བ་མཐོང་བའི་བྱེད། སོགས་པའི་སྒྲུས་ནི་  
 ཉིས་པ་གཞན་ཡང་བསྐྱེད། །གཞན་ནི་གཉིས་པོ་དག་ལས་སྒྲེ་ཞེས་བཤད་ན།  
 གཟུགས་ཅན་ཆམས་རྒྱ་གང་ལས་སྒྲེ་ཞེན། །འབྱུང་བ་ཆམས་ནི་འབྱུང་བ་





དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལས་སྐྱེ་ཏེ། རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཆོ་སྐལ་  
 མཉམ་དང་། རྒྱས་མཉམ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེའོ། །  
 འབྱུང་འགྱུར་འབྱུང་བ་ལས་སྐྱེན། འབྱུང་བས་འབྱུང་འགྱུར་ལ་བྱེད་རྒྱ་  
 གཅིག་ཤུའི་སྒོ་ནས་ཕན་འདོགས་ཚུལ་རྒྱུ་པ་ལྟ་བུ་དེ། སྐྱེད་ཕྱིར་རྟེན་  
 ཕྱིར་གནས་ཕྱིར་དང་། སྟོན་པའི་ཕྱིར་དང་འཕེལ་བྱེད་ཕྱིར། ཞེས་པ་སྟེ།  
 འབྲས་གཟུགས་སྤར་མེད་གསར་དུ་སྐྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་ཟིན་འབྱུང་བའི་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བྱེད་པ་དང་། རྟེན་དང་བརྟེན་པར་གནས་པ་དང་།  
 རྒྱུ་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། འབྱུང་འགྱུར་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འབྱུང་བས་འབྱུང་འགྱུར་སྐྱེད་པ་ན། བྱེད་རྒྱ་གཅིག་ཤུ་ཡོད་ཀྱི་  
 རྒྱ་གཞན་ལྟ་བུ་མེད་དོ། །འབྱུང་འགྱུར་རྒྱུ་ཕན་ཕན་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཅན་དུ་  
 སྤར་ན་རྒྱུའི་རྟེན་རྒྱུ་པ་གསུམ་སྟེ། སྤར་མས་ཕྱི་མ་སྐྱེད་པ་སྐལ་མཉམ་དང་  
 ལྷན་དག་གི་ལས་དགེ་མི་དགེ་ལས་ཕྱི་མའི་མིག་སོགས་འབྱུང་བ་རྒྱུ་སྟེན་...  
 དང་། བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྤར་བ་བདུན་  
 སོགས་ཕན་ཕན་རྟེན་ཅིག་འབྱུང་རྒྱུའོ། །འབྱུང་བ་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་འབྱུང་  
 འགྱུར་གྱིས་བྱེད་ན་དེ་ལ་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། རྒྱུ་སྟེན་གྱི་རྒྱ་སྟེ་ལྷན་  
 དག་གི་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བས། དབང་པོ་དང་ཆོགས་པ་གཅིག་  
 པའི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་སྟེན་ཕྱི་པས་སོ། །བཞི་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སེམས་བརྩ་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བ། བརྩ་གཉིས་པོ་གང་ལས་གང་རྟེན་པ། སེམས་ཉི་ཤུར་  
 དབྱེ་བ། སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་རྟེན་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། སྤར་སེམས་  
 བརྩ་གཉིས་ཏེ། འདོད་པའི་ཁམས་ན་ཡིད་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་།  
 བསྐྱེད་པས་ལ་ལྷང་མ་བསྟན་དང་མ་བསྐྱེད་པས་ལྷང་མ་བསྟན་ཏེ་བཞི་དང་།







གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ན་མི་དགེ་བའི་སེམས་མ་.....  
 གཏོགས་པ་གསུམ་གསུམ་སྟེ་ཟག་བཅས་བརྟུང་དང་། སློབ་པ་དང་མི་སློབ་  
 པ་སྟེ། ཟག་མེད་གཉིས་སོ། གཉིས་པ་ནི། གནས་སྐབས་བརྟུང་གིས་ཤེས་  
 པར་བྱ་སྟེ། རིགས་འདྲ་འབྱུང་བ་རྒྱན་གྱི་ཆེ་དང་། ས་གཅིག་པའི་རིགས་  
 མི་འདྲ་བ་འབྱུང་བ་ས་མཆུངས་པའི་ཆེ་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་  
 གང་ལས་ཤི་འཕྲོ་ཏེ་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་བའི་ཆེ་སྟེ་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 ཁོ་ན་འབྱུང་བ་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་དང་། དགེ་བ་ཟག་མེད་  
 སྟེས་པ་མཉམ་བཞག་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་ཆེ་དང་། མཉམ་བཞག་  
 ལས་ལྡང་བའི་ཆེ་དང་། གོང་མའི་སྟོམས་འཇུག་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱིས་  
 བསྐྱར་བའི་ཆེ་དང་། གཟུགས་གྱི་དགེ་བས་འདྲོད་གཟུགས་གྱི་སྦྱལ་སེམས་  
 ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་དང་སྦྱལ་སེམས་ལས་ལྡང་བའི་ཆེ་འོ། །འདི་གཉིས་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་ལྡང་གིས་བསྐྱས་སོ། །དེ་ལ་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་བའི་སེམས་ནི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། འོག་སའི་དགེ་སེམས་དང་མ་བསྐྱབས་  
 པ་ལས་ཤི་བ་གོང་མར་སྟེ་ཡང་། འོག་མའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་ཤི་བ་གོང་  
 མར་མི་སྟེ་བ་ནི་ངེས་པའོ། །ཆོག་གི་དོན་ནི། འདྲོད་སེམས་དགེ་བ་ལས་  
 མཇུག་ཐོགས་སུ་སེམས་དགུ་འབྱུང་སྟེ། རྒྱན་དང་ས་མཆུངས་པའི་ཆེ་རང་  
 སའི་བཞི་དང་། དགེ་བ་སྟེས་ཐོབ་ལས་ཤི་ནས་གོང་དུ་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་  
 བའི་ཆེ་གོང་མའི་བསྐྱབས་པ་གཉིས་དང་། དགེ་བ་སྦྱར་བྱུང་ལས་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་པའི་ཆེ། གཟུགས་གྱི་དགེ་བ་དང་ཟག་མེད་གཉིས་སོ། གོང་  
 མའི་མ་བསྐྱབས་པ་གཉིས་མི་འབྱུང་ལ། གཟུགས་མེད་གྱི་དགེ་བ་མི་འབྱུང་  
 སྟེ། རིང་བ་བཞིས་རིང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདྲོད་སེམས་དགེ་བ་དེ་ནི་བརྟུང་





གྱི་འཇུག་རྒྱ་ཉེ། རྒྱུན་དང་ས་མཆུངས་པའི་ཆེ་རང་སའི་བཞི་དང་སྟོམས་  
 འཇུག་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ། གཟུགས་གྱི་དགེ་བ་དང་ཟག་མེད་གཉིས་དང་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་གཟུགས་གྱི་སྦྱིབ་པ་ལས་སོ། །ཁོ་ནའི་  
 སྦྱས་གཟུགས་གྱི་མ་བསྐྱིབས་པ་དང་གཟུགས་མེད་གྱི་གསུམ་ཀ་ལས་མི་.....  
 འབྱུང་བར་བསྟན་ཏོ། །མི་དགེ་བའི་སེམས་ནི་ཟག་མེད་གཉིས་མ་གཏོགས་  
 པ་བརྩུ་ལས་ཏེ་རང་སའི་བཞི་དང་། ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་ཆེ་གོང་མ་  
 གཉིས་གྱི་སེམས་བྱུག་ལས་སོ། །མི་དགེ་བ་དེ་ལས་རང་སའི་བཞི་ཁོ་ན་ཉེ།  
 དེ་ལས་གོང་མའི་སེམས་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འདྲོད་པའི་བསྐྱིབས་པ་འང་དེ་བཞིན་ཏེ། དེ་བརྩུ་ལས་རང་སའི་དེ་ལས་  
 བཞིའོ། །འདྲོད་པའི་མ་བསྐྱིབས་པ་ནི་རང་སའི་བཞི་དང་སྦྱུལ་པ་ལ་  
 འཇུག་པའི་ཆེ། གཟུགས་གྱི་དགེ་བ་སྟེ་ལྷ་ལས་སོ། །དེ་ལས་མཇུག་ཐོགས་  
 སུ་རང་སའི་བཞི་དང་། ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་ཆེ་གོང་མའི་བསྐྱིབས་པ་  
 གཉིས་དང་། སྦྱུལ་པ་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་གཟུགས་གྱི་དགེ་བ་སྟེ་སེམས་  
 བདུན་ནོ། །གཟུགས་ཁམས་ན་ཡོད་པའི་དགེ་བའི་སེམས་ལས་གཟུགས་  
 མེད་གྱི་མ་བསྐྱིབས་པ་མ་གཏོགས་པ་བརྩུ་གཅིག་འབྱུང་ཉེ། རྒྱུན་དང་ས་  
 མཆུངས་པའི་ཆེ་རང་སའི་གསུམ་དང་། སྟོམས་འཇུག་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་  
 འདྲོད་པའི་དགེ་བ་དང་། སྦྱུལ་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་འདྲོད་པའི་མ་  
 བསྐྱིབས་པ་དང་། ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་ཆེ་གོང་མའི་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 གསུམ་དང་། སྟོམས་འཇུག་གི་ཆེ་གཟུགས་མེད་གྱི་དགེ་བ་དང་། ཟག་མེད་  
 གཉིས་སོ། །གཟུགས་གྱི་དགེ་བ་དེ་ནི་དགའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་ཉེ།  
 རང་སའི་གསུམ་དང་སྟོམས་འཇུག་གི་ཆེ་འདྲོད་པའི་དགེ་བ་དང་། སྦྱུལ་





བ་ལས་ལྷང་བའི་ཆོ། འདྲ་པའི་མ་བསྐྱབས་པ་དང་། ལྷོམས་འཇུག་ཉེ་  
 མོངས་ཅན་གྱིས་བསྐྱད་པའི་ཆོ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་དང་། ལྷང་  
 བའི་ཆོ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དགེ་བ་དང་བཟ་མེད་གཉིས་ལས་སོ། །འདྲ་  
 བའི་ཉེ་མོངས་ཅན་གཉིས་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་མ་བསྐྱབས་པ་ནི་དེའི་  
 ལྷོར་བར་མི་འོས་པའོ། །གཟུགས་ཀྱི་བསྐྱབས་པའི་སེམས་ནི་བརྒྱད་ལས་  
 འབྱུང་སྟེ། རང་སའི་གསུམ་དང་ཉིང་མཆམས་ལྷོར་བའི་ཆོ་འོག་མའི་  
 སེམས་ཉེ་མོངས་ཅན་མ་གཏོགས་པ་གཉིས་དང་། སྔང་མའི་གསུམ་ལས་  
 སོ། །འདྲ་པའི་ཉེ་མོངས་ཅན་གཉིས་དང་། བཟ་མེད་གཉིས་མི་འབྱུང་  
 སྟེ། འདྲ་ཉེ་མ་སྤངས་པར་གཟུགས་སུ་ཉིང་མཆམས་མི་ལྷོར་ཞིང་།  
 བཟ་མེད་ལས་གཟུགས་ཀྱི་བསྐྱབས་པར་ལྷང་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཟུགས་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་དེ་ལས་དྲུག་འབྱུང་སྟེ། རང་སའི་གསུམ་དང་ཉིང་  
 མཆམས་ལྷོར་བའི་ཆོ་འདྲ་པའི་ཉེ་མོངས་ཅན་གཉིས་དང་། ལྷོམས་  
 འཇུག་ཉེ་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱད་པའི་ཆོ་འདྲ་པའི་དགེ་བའོ། །གཟུགས་ཀྱི་  
 མ་བསྐྱབས་པ་ནི་རང་སའི་གསུམ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །མ་བསྐྱབས་པ་དེ་ལས་  
 དྲུག་འབྱུང་སྟེ། རང་སའི་གསུམ་དང་ཉིང་མཆམས་ལྷོར་བའི་ཆོ་སྔང་འོག་  
 གི་ཉེ་མོངས་ཅན་གསུམ་མོ། །གཟུགས་མེད་ཀྱི་མ་བསྐྱབས་པའང་རང་  
 སའི་གསུམ་ལས་དང་། དེ་ལས་རང་སའི་གསུམ་དང་ཉིང་མཆམས་ལྷོར་  
 བའི་ཆོ། འོག་མའི་ཉེ་མོངས་ཅན་གསུམ་འབྱུང་བས་གངས་དེའི་ཚུལ་ལོ། །  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་དགེ་སེམས་ལས་སེམས་དགུ་འབྱུང་སྟེ། རང་སའི་གསུམ་  
 དང་ཉིང་མཆམས་ལྷོར་བའི་ཆོ་འོག་མའི་ཉེ་མོངས་ཅན་གསུམ་དང་ལྷང་  
 བ་དང་ལྷགས་ལྷོག་ཏུ་འཇུག་པའི་ཆོ། །གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་དང་ལྷོམས་





འཇུག་གི་ཆེ་ཟག་མེད་གཉིས་སོ། །ཤིན་ཏུ་བསྐྱལ་ཤིང་ལུང་མ་བཟུན་ནི་མི་  
 གསལ་བས་འདྲོད་པའི་དགེ་བ་དང་། འདྲོད་གཟུགས་ཀྱི་མ་བསྐྱེབས་པ་  
 གཉིས་ཏེ་གསུམ་གྱིས་དེའི་སྟོམས་འཇུག་ལས་ལྷང་མི་སྲིད་པས་མི་འབྱུང་འོ་  
 རོ། །དེ་ནི་རྒྱལ་གི་མཇུག་ཏུ་འབྱུང་སྟེ། རང་སའི་གསུམ་དང་སྟོམས་  
 འཇུག་གི་ཆེ་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་དང་ལྷང་བའི་ཆེ་ཟག་མེད་གཉིས་ལས་སོ། །  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་བསྐྱེབས་པ་ལས་བདུན་ཏེ། རང་སའི་གསུམ་དང་སྟོམས་  
 འཇུག་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་དང་ཉིང་འཇུག་  
 མཆོམས་སྦྱར་བའི་ཆེ་འོག་གི་ཉོན་མོངས་ཅན་གསུམ་མོ། །དེ་ཡང་གངས་  
 དེ་བཞིན་ཏུ་བདུན་ལས་ཏེ། རང་སའི་གསུམ་དང་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་  
 ཆེ་འདྲོད་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་གཉིས་དང་མ་བསྐྱེབས་པ་གཉིས་ཏེ་བཞི་ལས་  
 སོ། །འོག་མའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གསུམ་སྤངས་པས་ཉིང་མཆོམས་མི་སྦྱར་  
 ཞིང་། འདིས་ཟག་མེད་གཉིས་ལས་ལྷང་མི་སྲིད་པས་དེ་ལྷ་ལས་མི་འབྱུང་  
 རོ། །སློབ་པའི་སེམས་ནི་བཞི་ལས་ཏེ། ལྷན་གྱི་ཆེ་རང་དང་སྟོམས་འཇུག་  
 གི་ཆེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་ལས་སོ། །དེ་ལས་ནི་ལྷ་སྟེ། ལྷན་གྱི་ཆེ་རང་  
 དང་། མི་སློབ་པ་དང་། ལྷང་བའི་ཆེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བའོ། །མི་སློབ་  
 པའི་སེམས་ནི་ལྷ་པོ་དེ་ལས་ཏེ། ལྷན་གྱི་ཆེ་རང་དང་སློབ་པ་དང་སྟོམས་  
 འཇུག་གི་ཆེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་ལས་སོ། །དེ་ལས་སེམས་ནི་བཞི་དག་  
 འབྱུང་སྟེ། ལྷན་གྱི་ཆེ་རང་དང་ལྷང་བའི་ཆེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བའོ། །  
 གསུམ་པ་སེམས་ནི་ཤར་དབྱེ་བ་ནི། སེམས་བརྩལ་གཉིས་པོ་དེ་དག་སྟེ་ན་ནི་  
 ཤར་ཡང་འཇུར་ཏེ། ཁམས་གསུམ་དུ་སྦྱེ་བའི་ཆེ་ཐོབ་པ་འབྱུང་བ་སྦྱེས་  
 བས་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་པ་འབྱུང་བ་འང་འབད་པ་ལ་སྟོས་པ་སྦྱར་བྱུང་སྟེ།





དགེ་བ་ཀྱི་པུ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་དང་། ཀྱི་པུ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་དང་གིས་  
 སྒྲིལ་བ་དང་། འགྲོ་འཆག་སོགས་སྒྲིལ་པ་དང་། བཟོའི་ཡུལ་ལ་  
 དམིགས་པ་བཟོའི་གནས་པ་དང་། སྒྲུལ་པའི་དུས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་  
 སྒྲུལ་པའི་སེམས་དང་བཅས་པ་འདོད་པ་ན་མ་བསྐྱབས་པ་ལུང་མ་བསྟན་  
 བཞི་དང་། གཟུགས་ན་བཟོ་བྱེད་པ་མེད་པས་བཟོ་གནས་མ་གཏོགས་པ་  
 གསུམ་དང་། གཟུགས་མེད་ན་ཀྱི་པུ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལྟེ་དེས་ན་འདོད་  
 པ་ན་བརྟུན། གཟུགས་ན་དུག གཟུགས་མེད་ན་བཞི། ཟག་མེད་གཉིས་ཏེ་  
 ཉི་ཤུའོ། བཅུ་གཉིས་དང་བྱུང་གང་ཆེ་སྟུམ་ན། བཅུ་གཉིས་བྱུང་ཆེ་སྟེ།  
 བཞིར་མ་བསྐྱབས་པའི་མ་བསྐྱབས་པ། དེ་ལུང་མ་བསྟན་ཉོན་མོངས་མིན། །  
 ཞེས་དང་། སྒྲུར་འཇུག་པ་ནི་འོག་མས་ཀྱང་། ཞེས་དང་། བཅུན་པ་གོ་ཆ་  
 མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ཀྱང་། བཞིར་མ་བསྐྱབས་པའི་མ་བསྐྱབས་པ་ཡོད་པར་  
 འཆད་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཉི་ཤུར་འབྱེད་པ་ནི་སྟོམས་པར་འཇུག་སེམས་  
 ཐམས་ཅད་དགེ་བ་སྒྲུར་བྱུང་ཁོ་ན་དང་ལྡང་སེམས་ཀྱང་པལ་ཆེར་སྒྲུར་  
 བྱུང་ཡིན་ལ། འདོད་པའི་དགེ་བ་སྒྲིལ་ཐོབ་ནི་གསལ་བས་མཉམ་བཞག་ལྟ་  
 ཆར་གྱི་ལྡང་སེམས་སུ་བཤད་དོ། །འཆི་སེམས་ཀྱི་དགེ་བ་ནི་སྒྲིལ་ཐོབ་དང་།  
 མ་བསྐྱབས་པ་ནི་ཀྱི་པུ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་དང་། སྒྲིལ་པ་ཉིད་དེ་དགེ་བ་སྒྲུར་  
 བྱུང་དང་། ལུང་མ་བསྟན་བཟོ་གནས་དང་། སྒྲུལ་སེམས་ནི་འཆི་སེམས་སུ་  
 མི་བྱུང་ལ། འདོད་པའི་སྒྲུལ་སེམས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་སྒྲུར་བྱུང་གི་  
 འབྲས་བུར་བསྟན་ཅིང་། དགེ་བ་དང་མ་བསྐྱབས་པ་ཁོ་ནས་སྒྲིལ་ན་ཉི་  
 ཤུར་བཤད་པའོ། །བཞི་པ་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་སོགས་ཀྱི་རྟེན་ཚུལ་ནི།  
 སྒྲིལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། འདོད་ཆགས་བྲལ་དང་ཡོངས་ཉམས་





དང་། དགེ་བ་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་ཆོ། སེམས་དེ་ལྷན་པ་མིན་ལས་  
 རྟེན། ཅེས་པས་ཆོའམ་གནས་སྐབས་ལྷ་སྟེ་ཁམས་གོང་ནས་འོག་ཏུ་སྒྲེབ་  
 དང་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་ས་དང་ས་.....  
 ལས་འདྲིང་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། དེ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་དང་  
 དགེ་བ་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་སེམས་དེ་དང་དེ་སྤར་ལྷན་པ་.....  
 མིན་པ་ལས་གསར་ཏུ་རྟེན་དོ། དེ་ལ་ཁམས་གསུམ་ལས་འདྲིང་པའི་  
 སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བས་བྱུག་རྟེན་དོ། གོང་མ་གཉིས་  
 ནས་འདྲིང་པར་སྒྲེབ་འོ་ཆོ། འདྲིང་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གཉིས་པོ་གང་  
 མངོན་ཏུ་གྱུར་ཁྱད་དེ་གཉིས་དང་དགེ་བ་སྒྲེས་ཐོབ་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དང་མི་.....  
 དགེ་བས་དག་བཅོམ་ལས་ཉམས་པའི་ཆོ། གོང་མའི་བསྐྱབས་པ་གཉིས་  
 དང་སྒྲོབ་པ་རྟེན་དོ། གཟུགས་ཀྱི་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་མངོན་ཏུ་གྱུར་  
 པས་ཁྱད་བྱུག་རྟེན་དོ། གཟུགས་མེད་ནས་གཟུགས་སུ་སྒྲེབ་འོ་ཆོ།  
 གཟུགས་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་མངོན་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་དང་། གཟུགས་ཀྱི་དགེ་  
 བ་སྒྲེས་ཐོབ་དང་། འདྲིང་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱལ་སེམས་གཉིས་ཏེ་བཞིའི་ཐོབ་པ་  
 དང་། བསྐྱབས་པ་དེས་དག་བཅོམ་ལས་ཉམས་པའི་ཆོ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་  
 བསྐྱབས་པ་དང་སྒྲོབ་པ་རྟེན་དོ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མངོན་  
 ཏུ་གྱུར་པ་ན་གཉིས་རྟེན་དོ། དེས་དག་བཅོམ་ལས་ཉམས་པའི་ཆོ། དེ་  
 ཉིད་དང་སྒྲོབ་པ་རྟེན་དོ་གཟུགས་སུ་སྒྲེས་པའི་དགེ་བ་ལས་དེ་ཉིད་དང་།  
 འདྲིང་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱལ་སེམས་གཉིས་ཏེ་གསུམ་དག་རྟེན་དོ། སྒྲོབ་པའི་  
 སེམས་མངོན་ཏུ་གྱུར་པས་བཞི་རྟེན་དོ། ཟག་མེད་དང་པོའི་སྟོམས་འཇུག་  
 གི་ཆོ་དེ་ཉིད་དང་། ཟག་མེད་མི་སྟོགས་མེད་པས་འདྲིང་པ་ལ་འདྲིང་





ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དགུ་པའི་ཆོ་འདོད་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུལ་...  
 སེམས་གཉིས་དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བའི་ཆོ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་དགེ་བ་རྟེན་དོ། །ལྷག་མ་འདོད་པ་དང་གཟུགས་  
 མེད་ཀྱི་དགེ་བ་དང་མ་བསྐྱབས་པ། གཟུགས་ཀྱི་མ་བསྐྱབས་པ། མི་སྒྲོབ་པ་  
 རྟེ། རྒྱལ་ལས་གང་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐོབ་པ་འབྱུང་གི་གཞན་མི་  
 ཐོབ་པོ། །མཁས་པ་སྤྱད་བང་རྣམ་པར་རྟོལ་བའི་མཆོ། །ཆོས་མངོན་ཤེས་  
 བྱའི་པསྒོ་རབ་བྱས་པ། །རྣམ་མང་ངོ་མཆར་དོན་ཀྱི་སྟོང་པོ་ཅན། །སྒོ་གོས་  
 ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་རབ་གསལ་བྱས། །ཆོས་མངོན་པ་མངོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་  
 ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས་དབང་པོ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་གཉིས་པའི་...  
 དོན་བཤད་པའོ། །

### གནས་གསུམ་པ་འཛིག་རྟེན་བསྟན་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་འཛིག་རྟེན་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་...  
 དང་། སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ནོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ་རྟེ། སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་པོ་འགོ་  
 བའི་དབྱེ་བ། སྐྱེ་ཚུལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན། སྐྱེས་པ་གནས་པའི་རྟེན།  
 གནས་པ་འཆི་འཕོ་བའི་སེམས། སེམས་ཅན་གྱི་ཚུལ་ཆོགས་གསུམ་དུ་བསྟ་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་རྟེ། ཁམས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། འགོ་བ་ལྷར་དབྱེ་བ།  
 སྐྱེ་གནས་བཞིར་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཁམས་གསུམ་གྱི་རིས་པས་སེམས་  
 ཅན་སོགས་བསྟན་པ་ལ་འདོད་ཁམས་ནི་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པས་དེར་...  
 བྱིད་པའམ། སྒྲོབ་དཔོན་འདུས་བཟང་ལྟར་ན་སྐབས་མི་རྟེན་པས་དབྱུལ་  
 བ་དང་། སྒྲོམ་པ་དང་ལྷན་པས་ཡི་དྲགས་དང་། མི་ལྟར་འགྲེངས་ཏེ་མི་  
 འགོ་བའི་དུད་དེ་འགོ་བས་དུད་འགོ་དང་། ཡིད་ཤས་ཆེ་བས་སམ། སྐྱེ་



དགའི་བདག་པོ་ཤེད་ཀྱི་བྱ་ཡིན་པས་མི་རྣམས་དང་། འདི་དག་ལ་བྱིས་  
 རམ་མཁའ་ལ་ཡོད་པས་ལྟ་སྟེ། རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པས་  
 རྒྱལ་ཆེན་བཞི་པ་དང་ལེགས་བྱས་ལྟན་ཅིག་བྱས་པ་རྣམས་དེར་སྦྱེ་བས་.....  
 སམ། འཇིག་རྟེན་པ་ལྟར་ཉི་མ་བརྒྱ་གཉིས་དྲག་པོ་བརྒྱ་གཅིག་ནོར་ལྟ་  
 བརྒྱད། ཐ་སྐར་གྱི་བྱ་གཉིས་ཏེ་གཙོ་བོ་སུམ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་ཡོད་པས་སུམ་ཅུ་  
 ཙུ་གསུམ་པ་དང་། ལྟ་དང་ལྟ་མིན་འཐབ་པ་དང་བྲལ་བས་འཐབ་བྲལ་  
 དང་། ཆོས་ཀྱི་དགའ་བདེ་ལྟག་པར་ཆེ་བས་དགའ་ལྟན་དང་། རང་གིས་  
 སྦྱལ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་དགའ་བར་བྱེད་པས་འཕྲུལ་དགའ་དང་། གཞན་  
 གྱིས་སྦྱལ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་དབང་བསྐྱར་བས་གཞན་སྦྱལ་དབང་བྱེད་དེ།  
 དྲག་པོ་དེ་རྣམས་སྤོང་དང་བཅས་པ་འདོད་པ་དང་ལྟན་པའི་ཁམས་ཡིན་.....  
 མོ། །དེ་ལ་གནས་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེན། དཔུལ་བ་ལ་ཆོད་པུལ་བརྒྱད་དང་།  
 མི་ལ་སྤྱིང་བཞིར་དབྱེ་བ་ལས་རན་འགོ་དང་བདེ་འགོའི་གནས་བརྒྱབ་བརྒྱ་  
 སྟེ། འདོད་ཁམས་ཏེ་གནས་རིགས་ཉི་ཤུའོ། །སའི་དངོས་གཞིར་ཆོད་པུལ་  
 བརྒྱད་དང་། གང་དཔུལ་བརྒྱད་དང་། ཡི་དྲུགས་དང་ལྟ་མིན་དང་སྤྱིང་  
 བཞི་སྤྱིང་ཕན་བརྒྱད་འདོད་ལྟ་དྲུག་སྟེ། རན་འགོ་དང་བདེ་འགོའི་གནས་  
 བཙོ་བརྒྱད་རེ་སྟེ་སོ་དྲུག་ཡིན་ལ་དུང་འགོ་ནི་གནས་ངེས་པ་མེད་པར་.....  
 བཤད་དོ། །འདོད་ཁམས་ལས་གོང་མའི་གནས་དག་བརྒྱབ་དུན་ནི།  
 གཟུགས་དང་ལྟན་པའི་ཁམས་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཞེན། གཟུགས་ཁམས་  
 དེར་བསམ་གཏན་དང་པོ་གསུམ་སོ་སོའི་ས་ནི་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེན་པོའི་བྱེ་.....  
 བྲག་གིས་གསུམ་གསུམ་པ་ཡིན་ཏེ། བཞི་པ་ནི་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དང་།  
 ཆེན་པོ་ཉིད་སྟེལ་མ་ཤིན་དུ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཤིན་དུ་ཆེན་པོ་དང་། ལྟའི་





གྱེ་བྲག་གིས་ལུ་སྟེ་ས་བརྒྱད་པ་སྟེ། དེ་ལ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི་སྤྱི་པ་འི་  
 ཆོས་བསལ་བས་ཆངས་པ་སྟེ། དེའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཆངས་རིས་དང་།  
 ཆངས་པ་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་འདུག་སྟེ་ཆོག་འདོན་པས་ཆངས་པ་མདུན་ན་  
 འདོན་དང་། ཆེ་དང་གཟི་བཞིན་ཆངས་པ་གཞན་ལས་ཆེ་བས་ཆངས་ཆེན་  
 ཅོ། །གཉིས་པ་ནི་གོང་ས་ལ་ལྟོས་ནས་འོད་ཚུང་བས་འོད་ཚུང་དང་། ས་  
 འོག་མས་འོད་ཆད་བཟུང་མི་རྒྱས་པས་ཆད་མེད་འོད་དང་། གནས་གཞན་  
 ཀུན་གསལ་བར་བྱེད་པས་འོད་གསལ་ལོ། །གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཀྱི་བདེ་བ་  
 ལ་དགེ་བར་བཏགས་ཏེ་དེ་གོང་ས་ལས་ཚུང་བས་དགེ་ཚུང་དང་། བདེ་བ་  
 ས་འོག་མས་ཆད་བཟུང་དུ་མེད་པས་ཆད་མེད་འོད་དང་། བདེ་བ་ཆེར་  
 རྒྱས་པས་དགེ་རྒྱས་སོ། །བཞི་པ་ནི། ས་གཞི་སྤྱིར་ལྟར་འདབ་ཆགས་པ་  
 མེད་པས་སྤྱིར་མེད་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་བསོད་ནམས་  
 རྒྱས་དང་། གནས་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱིས་པ་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་འབྲས་  
 བུ་ཆེ་བས་འབྲས་བུ་ཆེ་བ་སྟེ། སོ་སྟེའི་གནས་གསུམ་དང་། སོ་སྟེ་དང་མ་  
 འདྲེས་པའི་གནས་གཅིང་མ་གོང་མ་རྣམས་ལས་ལྷན་ཆད་སོགས་མི་ཆེ་བས་  
 མི་ཆེ་བ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མཐུས་ཉོན་མོངས་པའི་  
 གདུང་བ་མེད་པས་མི་གདུང་བ་དང་། རབ་དུ་ཞི་ཞིང་མིག་སྤར་མཛེས་  
 པས་ཀྱུ་ལྗོངས་སྤང་བ་དང་། མཐོང་བའི་ལྟ་བ་ཤིན་དུ་རྣམ་པར་དག་པས་  
 ཤིན་དུ་མཐོང་བ་དང་། གནས་གཞན་ཡོད་པ་ལ་ཚུ་ཞིང་ལ་སོགས་པ་འདི་  
 ལས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་མེད་པས་འོག་མིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཉི་འོག་པས་བརྩ་  
 བརྩན་དང་། ལ་ཆེ་བས་ཆངས་ཆེན་དང་མདུན་ན་འདོན་གནས་གཅིག་  
 པས་བརྩ་དུག་དུ་སྤྲོའོ། །སའི་དངོས་གཞིར་འོག་མིན་འདིའི་སྤང་ན་དབང་





ལྷག་ཆེན་པོའི་གནས་ཁེས་པ་བྱང་སེམས་ས་བརྩུ་པ་ཁོ་ན་བཞུགས་པ་སྟེ་.....  
 བཅོ་བརྒྱད་དུ་འཆད་དོ། །གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གནས་གོང་འོག་དང་  
 བན་ཚུན་མེད་དེ། གང་དུ་ཤི་བ་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་ལ་རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་བཟང་  
 ངན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ལས་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྟོམས་འཇུག་གི་སྦྱར་བའི་  
 དུས་སུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སོ་སྟོམ་པའི་རྣམ་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་།  
 ལམ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སོ་  
 སྟོམ་པ་དང་། ཅི་ཡང་མེད་དོ་སྟོམ་པའི་རྣམ་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་།  
 འདུ་ཤེས་ནི་འབྲས་དང་ཟུག་རྩ་ལྟ་བུའོ། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཀུན་ཏུ་  
 རྫོངས་པའོ་སྟོམ་ནས་འདུ་ཤེས་དམན་པ་འབྱུང་བས། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་  
 ལའང་དེ་སྐད་བཏགས་པའི་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་.....  
 བཞིའོ། །ཅི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་འདོད་གཟུགས་ན་གཟུགས་ལ་བརྟེན་ན་  
 གཟུགས་མེད་ན་ཅི་ལ་བརྟེན་ཞེ་ན། གཟུགས་མེད་དེར་ནི་རིགས་མཐུན་པ་  
 དང་སྟོག་དང་། ཡང་གིས་སོ་སྐྱེ་དང་། ཐོབ་པ་དང་སྐྱེ་སོགས་ལ་སེམས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་བརྟེན་ནས་འཇུག་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་བྲལ་བའི་སྟོམས་  
 འཇུག་གི་བྱང་པར་ལས་སྐྱེས་པས་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
 ཁམས་གསུམ་ལ་མཐའ་མེད་པས་འཁོར་བ་ལའང་མཐའ་མེད་ཅིང་། རྫོང་  
 གཅིག་གི་སྟོང་འོག་ན་རྫོང་མེད་ཀྱི་ཐད་ཀར་མཐའ་མེད་དུ་གནས་ཏེ།  
 མདོར་ཆགས་འཇིག་རྒྱུགས་བཞིར་བར་མཆོམས་མེད་པར་གསུངས་ཀྱི།  
 སྟོང་འོག་དུ་མ་གསུངས་པས་སོ་ཞེའོ། །གཉིས་པ་འགྲོ་བ་ལྡར་དབྱེ་བ་ནི།  
 ཁམས་གསུམ་པོ་དེར་ནི་དམུལ་བ་དང་སོགས་པས་ཡི་དྲུགས་དུད་འགྲོ་མི་.....  
 ལྟ་སྟེ། འགྲོ་བ་ལྡར་རང་རང་གི་མིང་གིས་བསྟན་ཏེ། འདོད་པ་ན་འགྲོ་བ་





བཞི་རིལ་པོ་དང་། ལྷ་འོ་ཕྱགས་གཅིག་དང་གོང་མ་གཉིས་ན་ལྷ་འོ་ཕྱགས་  
 གཅིག་གོ ། ལྷ་མིན་ནི་མདོར་དུང་འགྲོ་དང་ཡི་དྲགས་སོགས་སུ་གསུངས་  
 གྲུང་། སའི་དངོས་གཞིར་གཡོ་སྦྱ་ཤས་ཆེ་བས་ལྷ་བཞིན་དཀར་པོའི་ཆོས་  
 གི་སྔོན་མིན་པའི་ཕྱིར། མདོ་གཞན་ལས་འགྲོ་བ་ཐ་དད་པར་བསྟན་གྱི།  
 དོན་ལ་ལྷ་འོ་འགྲོ་བས་བསྟན་པར་བཤད་པ་ཆོད་མའོ། ། ཡང་གྲུལ་བུམ་ཤ་  
 ཟ་འབྱུང་པོ་སྤུལ་པོ་ལྷས་སྤུལ་པོ་ཕྱོས་བྱེད་རྩེད་བྱེད། སྐམ་བྱེད་གྱི་བ་གཞོན།  
 སྤྱན་པོའི་གདོན། བམ་གྱའི་གདོན་དང་བྱའི་གདོན་རྒྱལས་ཡི་དྲགས་ཡིན་  
 ལ། སྤྱན་པོ་མའི་བྱེ་བྲག་གོ། རྩོ་ཕྱེ་ཆེན་པོ་ནི་དུང་འགྲོའོ། ། ཁམས་གསུམ་  
 དེར་ནི་ཞེས་པ་ཅི་འགྲོ་བར་མ་གཏོགས་པའི་ཁམས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཡོད་  
 དེ། ཁམས་ནི་དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་སྔོན་དང་བར་སྤྱིད་གྲུང་  
 ཡིན་ལ། འགྲོ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་ལ། ལྷ་བསྟན་དགེ་བ་འང་  
 མིན་པས་མ་བསྐྱེབས་ལྷང་མ་བསྟན་ཏོ། ། གཞན་དག་དགེ་བ་དང་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཡང་ཡོད་པར་འདོད། དེ་ཡང་སྔོན་མིན་གྱི་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་  
 བའོ། ། རྒྱུད་སྒྲའི་འགྲེལ་པར། གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་བ་གཉིས་སུ་  
 བཤད་དོ། ། འོན་ཀྱང་བར་སྤྱིད་ནི་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་དང་། གདགས་  
 པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤང་པོར་བར་སྤྱིད་འགྲོ་བ་ལྷ་ལས་ཐ་དད་པར་བཤད་  
 པས་སོ། ། འགྲོ་བ་ལྷ་ལས་ལྷས་དང་འདུ་ཤེས་གཉིས་ཀ་ཐ་དད་པ་ནི་མི་དང་  
 འདོད་ལྟ་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོར་ཕྱིས་སྦྱེས་པ་རྒྱལས་དང་། ལྷས་ཀྱི་  
 རྩེད་དང་དབྱིབས་ཐ་དད་གྲུང་རྒྱ་མིན་རྒྱར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་གཅིག་  
 པ་བསམ་གཏན་དང་པོར་སྤར་སྦྱེས་པ་རྒྱལས་དང་བསྐྱོག་པ་ལྷས་ཀྱི་མདོག་  
 དབྱིབས་འདུ་བས་གཅིག་ཅིང་འདུ་ཤེས་བདེ་བས་སྦྱོན་ས་བཏང་སྟོམས་.....





དང་། དེས་སྦྱོན་ས་བདེ་བ་མངོན་དུ་བྱེད་པས་ཐ་དད་པ་བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པའི་ལྷ་སྟེ། ས་དེའི་བདེ་བ་མི་བརྟན་པས་སྟེ། །ལུས་འོད་དུ་འདྲ་  
 བས་གཅིག་པ་དང་འདུ་ཤེས་བདེ་བར་གཅིག་པ་ནི་བསམ་གཏན་གསུམ་....  
 པའི་ལྷ་སྟེ། ས་དེའི་བདེ་བ་བརྟན་པས་སྟེ། །དེ་བཞི་དང་གཟུགས་ཅན་མ་  
 ཡིན་པ་དང་པོ་གསུམ་པོ་དག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བདུན་ནི་རྣམ་ཤེས་གནས་  
 པའོ། །ལྟག་མ་ངན་སང་དང་བསམ་གཏན་བཞི་པ་དང་སྲིད་ཅེ་རྣམས་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་དེ་འཛོམས་བྱེད་  
 རྒྱག་བསྐལ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་རྒྱ་འབྲས་དང་འགོག་སྦྱོམས་དང་ལུན་  
 པས་སྟེ། །དེ་བདུན་དང་སྲིད་ཅེ་དང་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ཏེ་  
 དགུ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ནི་གནས་དགུར་མདོ་ལས་བཤད་དེ། དེ་རྣམས་སུ་  
 རང་ཉིད་དགའ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་གནས་པས་སྟེ། །མི་འདོད་  
 བཞིན་དུ་ལས་ཀྱིས་གནས་པའི་སྤྱིར་གཞན་ངན་འགྲོ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་.....  
 གནས་མ་ཡིན་ཏེ་བཙོན་ར་བཞིན་ནོ། །རྣམ་ཤེས་གནས་པ་དག་ནི་བདུན་  
 ལས་ཚུལ་གཞན་ཡང་རྣམ་ཤེས་གནས་པ་གཟུགས་སུ་ཚོར་བར་འདུ་ཤེས་སུ་  
 འདུ་བྱེད་དུ་ཉེ་བར་འགྲོ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་རྣམས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་ཟག་པ་  
 དང་བཅས་པའི་ཕྱང་པོ་དང་པོ་བཞི་རང་གི་ས་པ་ཉིད་དེ། འདིར་གནས་  
 པ་ནི་སྲིད་པའི་དབང་གིས་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། ཟག་མེད་དང་ས་གཞན་གྱི་  
 ཕྱང་པོ་ལ་སྲིད་པའི་དབང་གིས་མི་བརྟེན་པས་སྟེ། །གནས་པ་པོ་རྣམ་ཤེས་  
 འབའ་ཞིག་ནི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གནས་པར་མ་བཤད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཉིད་རྒྱལ་  
 པོའི་སྟན་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གནས་པ་བདུན་གྱིས་བཞི་  
 བསྐྱས་སམ། བཞིས་བདུན་བསྐྱས་ཤེན། བསྐྱ་བ་དཔལ་དན་ལུ་བཞི་སྟེ།





བདུན་གྱི་བསྐྱུས་ལ་བཞིས་མ་བསྐྱུས་པ་བདུན་པོའི་རྣམ་ཤེས་དང་། བརྒྱུ་  
 པ་དན་སོང་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་དང་། སྲིད་ཅེ་རྣམ་ཤེས་མིན་  
 པའི་ཡུང་པོ་ཟག་བཅས་བཞི་དང་གཉིས་ཀས་བསྐྱུས་པ་བདུན་པོའི་ཡུང་པོ་  
 ཟག་བཅས་དང་པོ་བཞི་དང་། གཉིས་ཀས་མ་བསྐྱུས་པ་དན་སོང་སོགས་  
 གསུམ་གྱི་རྣམ་ཤེས་དང་ཟག་མེད་དོ། །གསུམ་པ་སྟེ་གནས་བཞིར་དབྱེ་བ་  
 ལ་གསུམ་གྱི། གང་དུ་འཇུག་པའི་སྟེ་གནས་དབྱེ། གང་གི་འཇུག་པའི་བར་  
 སྲིད་བཤད། དེ་ཡིས་སྟེས་གནས་སུ་བཞོད་ཚུལ་སྟོ། །དང་པོ་ནི། ཁམས་  
 གསུམ་པོ་དེར་ནི་སྒོ་ང་ལས་སྟེས་པ་དང་། སོགས་པས་མངལ་དང་དྲོད་  
 གཤེར་དང་རྩལ་སྟེས་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་སྟེ་གནས་བཞི་རྣམས་སྟོ། །འགྲོ་བ་  
 གང་ན་སྟེས་གནས་དུ་ཡོད་ཅེན། མི་དང་དུད་འགོ་ལ་རྣམ་པ་བཞི་གྱི། མི་  
 སྒོ་ང་སྟེས་ནི་ཁྲུང་ཁྲུང་གི་སྒོ་ང་ལས་སྟེས་པ་བྲག་དང་ཉེ་བའི་བྲག་ལྟ་བུའོ། །  
 དྲོད་གཤེར་སྟེས་ནི་རྒྱལ་པོ་གསེས་འབགས་གྱི་སྟེ་པོ་ལས། ང་ལས་རྩ་  
 དང་། དེའི་བརྒྱ་གཡས་པ་ལས་མཛོས་པ་དང་། གཡོན་པ་ལས་ཉེར་མཛོས་  
 དང་། རྒྱལ་པོ་ཆངས་བྱིན་གྱི་བྲང་གི་ཤ་འབྱར་ལས་ཐི་བའི་ཐིང་བ་ཅན་  
 དང་། ཨ་ཕ་སྒོ་ང་མ་རྩ་ཤིང་གི་སྒོ་ང་པོ་ལས་སྟེས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྩལ་སྟེས་ནི་  
 བསྐྱུས་པ་དང་པོའི་མི་རྣམས་དང་། སྟོབ་དཔོན་འབགས་པ་ལྟ་བུ་སྤྲིང་  
 གི་རྒྱལ་པོའི་ལྷུ་རར་བརྒྱ་ལས་སྟེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དུད་འགོ་ནི་གསུམ་རྣམ་  
 བར་བཅད་ལ། རྩལ་སྟེས་ནི་སྤྲ་དང་མཁའ་སྤྲིང་སོགས་སྟོ། །དམུལ་བ་རྣམས་  
 དང་ལྟ་རྣམས་དང་སྲིད་པ་བར་མ་ནི་རྩལ་ཏེ་སྟེ་བ་ཁོ་ནའོ། །ཡི་དྲུགས་ནི་  
 ལལ་ཆེ་བ་མངལ་ནས་སྟེ་བ་དང་། འང་གིས་འགའ་ཞིག་རྩལ་སྟེས་སྟོ། །སྟེ་  
 གནས་བཞི་ལས་རྩལ་སྟེས་བཅུང་དོ། །འོ་ན་རྒྱལ་བུ་དོན་གྲུབ་མངལ་སྟེས་





མཛད་པ་ཅི་ཞེན། ཉེ་དུ་ཤུག་འི་རིགས་ཆེན་ཆོས་ལ་གཟུང་པ་དང་། འདི་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་རིགས་སོ་ཞེས་གསུང་པ་བསྐྱེད་དུ་ཞུགས་པ་དང་། ལུ་  
 རྟེན་གསུམ་ན་རེ། བསྐྱལ་པ་བརྒྱན་སྐྱུ་མ་མཁན་གྱིས་སྤྱུལ་པའི་སྐྱུ་མས་འཇིག་  
 རྟེན་འཆེ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་བས་དེ་ལྟ་བུའི་དྲྀགས་པ་སྤངས་པ་ལ་  
 སོགས་བའི་དོན་དུ་འོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རོ་བོ་སྐྱབ་བྱེད་དང་བཅས་  
 པ་དང་། ཤ་ཚུགས་སོགས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྲིད་པ་  
 བར་མ་ཞེས་པ་ཅི་ཞེན། འདིར་གང་ཡུལ་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་  
 འཆི་སྲིད་དང་སྐྱེ་བའི་སྲིད་པའི་བར་དུ་འབྱུང་བ་དེ་ནི་སྲིད་པ་བར་མ་སྟེ།  
 འགྲོ་བའི་བར་མ་ཡིན་པས་སོ། །ཅི་འདི་སྐྱེས་པ་དང་འབྱུང་བ་གཉིས་ཀ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེན། བསྐྱེད་བྱའི་ཡུལ་ནམ་སྤྱིན་འཕངས་པ་རྫོགས་པར་མ་ཕྱིན་  
 པའི་ཕྱིར་སྲིད་པ་བར་མ་ནི་བྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །པལ་ཆེན་  
 པ་སོགས་བར་སྲིད་མེད་པར་འཆི་སྲིད་ཆད་པ་ཅམ་ལ་སྐྱེ་སྲིད་འབྱུང་བར་  
 སྐྱེ་འོ། །འདི་འགོག་པ་ལ་རིགས་པ་དང་ལྷང་གཉིས། རིགས་པ་ནི། གང་  
 རྒྱན་གྱིས་འཇུག་པའི་ཆོས་ནམས་ནི་རྒྱན་མི་ཆད་པར་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་  
 བ་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་འབྲས་བུ་སྣོད་དུ་སྤྱགས་པའི་ཁུར་ཞིག་གོང་གཞན་  
 དུ་ཁུར་བ་ན་བར་མ་ཆད་པའི་རིམ་གྱིས་གོང་གཞན་དུ་ཕྱིན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 ཁམས་འོག་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་སྲིད་ཀྱང་སྤུ་མའི་འཆི་སྲིད་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་སྣོན་སོང་སྐྱབ་པའི་འབྲས་རྟགས་སོ། །སྐྱེ་སྲིད་ནི་བར་སྲིད་  
 མེད་པར་འཆི་སྲིད་ཆད་པ་ཅམ་ལས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་རྒྱན་  
 དང་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་བར་ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར།  
 གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་ནི་བར་སྲིད་མེད་དེ། གང་དུ་ཤི་བའི་དེ་མ་ཐག་དུ་





མིང་གཞིའི་ཡུང་པོ་གྲུབ་པ་ལ་གཟུགས་མེད་ཏུ་འདོགས་ལ། གཟུགས་མེད་  
 ཏུ་གནས་གཞན་མེད་པས་གནས་གཞན་ཏུ་སེམས་འཕོ་བའི་རྟེན་མི་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། གང་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་བྱད་གཟུགས་འཛིན་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཟླ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱན་འཇུག་པ་མེད་པར་རྒྱན་ཏུ་  
 ཟླ་བའི་གཟུགས་བརྟན་གྱི་ཁ་དོག་རྩལ་གཞན་འབྱུང་བ་བཞིན་ཏུ་བར་སྲིད་  
 མེད་པར་འཆི་སྲིད་ཆད་པ་ཅམ་ལས་སྐྱེ་སྲིད་འབྱུང་དོ་ཞེ་ན། ཟླ་བའི་  
 གཟུགས་བརྟན་ཆོས་ཅན། བྱིད་ཁ་དོག་གི་རྩལ་གཞན་ཞིག་རྒྱན་ཏུ་  
 གསར་ཏུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱིད་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་གྲུབ་ཏུ་བྱིན་ཀྱང་བར་  
 སྲིད་མེད་པར་འཆི་སྲིད་ཆད་པ་ཅམ་ལས་སྐྱེ་སྲིད་འབྱུང་བའི་དཔེ་མ་ཡིན་.....  
 པར་ཐལ། དེ་དང་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར། གཏན་ཆོགས་སྤུ་མ་སྤུབ་པ་ནི་  
 ཐོགས་བཅས་ཀྱི་རྩལ་སུ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། རྒྱ་དང་གོ་ས་གཅིག་ཏུ་  
 དམིགས་ཤིང་གོ་ས་གཅིག་ན་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་རྩལ་ཐ་དད་གཉིས་ལྟན་ཅིག་  
 གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མི་འདྲ་བའི་གཏན་ཆོགས་ནི་སྐྱེ་སྲིད་འཆི་སྲིད་  
 ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་པ་ལྟར་གཟུགས་བརྟན་ནི་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱན་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་སྲིད་ནི་འཆི་སྲིད་གཅིག་སུ་ལས་འབྱུང་ལ། གཟུགས་  
 བརྟན་ནི་རྒྱ་དང་ཟླ་བ་གཉིས་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ལུང་ནི་སྤུབ་པའི་  
 མགྱུར་ནས་སྲིད་པ་ནི་བརྟན་ཏེ། འགོ་བ་ལྟའི་སྲིད་པ་དང་ལས་ཀྱི་སྲིད་པ་  
 དང་སྲིད་པ་བར་མཐོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་བར་སྲིད་ཡོད་དོ། །ཡང་  
 གནས་གསུམ་མངོན་ཏུ་ཡུར་ནས་མའི་མངལ་ཏུ་བྱུ་ཆགས་ཏེ། མ་རུང་ཞིང་  
 ཟླ་མཆོན་ལྟན་པ་དང་། བ་མ་ཆགས་ཤིང་ཕྱད་པ་དང་། ཤི་བ་ཉེ་བར་ཡུར་





པའོ། །ཞེས་པ་ལས་གྲུབ་སྟེ། འདིར་དྲི་བ་ནི་བར་སྤྱོད་ཡིན་པས་སོ། །ཡང་  
 ཕྱིར་མི་འོང་བ་ནི་ལྟ་སྟེ་བར་དོ་དང་། སྤྱི་གནས་དང་། འདུ་བྱེད་མེད་པ་  
 དང་། འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཏེ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་དང་། གོང་དུ་འཕོ་  
 བའོ། །ཞེས་ལྟར་གསུངས་པ་ལས་གྲུབ་སྟེ། བར་སྤྱོད་མེད་ན་བར་དོར་  
 འདའ་བ་མི་འཐད་པས་སོ། །ཡང་སྤྱི་བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་བརྟན་གྱི་མདོ་  
 ལས་བར་དོར་འདའ་བ་གསུམ་བཀའ་སྡུལ་བ་ལས་གྲུབ་སོ། །ཀྱང་ནི་  
 རིགས་པར་མ་ཟད་པའོ། །འོ་ན་མདོ་ལས་སངས་རྒྱུ་འོད་སྤངས་ཀྱི་ཉན་  
 ཐོས་ཤིག་གི་ཁྲིད་པར་བརྟན་སྟན་འབྱེད་བྱེད་ཀྱིས་སྤྱུར་བ་སྟུན་ཏེ་.....  
 དཀྱོངས་པས་དེ་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་རང་གི་ལྷས་དེ་ཉིད་ཀྱི་མནར་མེད་དུ་  
 ལྟར་ངོ་། །ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཞེན། དེ་ནི་དང་པོར་མཐོང་ཆོས་ལ་མྱོང་འགྱུར་  
 དམུལ་བའི་མེས་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱོད་ཅིང་ཤི་ནས་བར་དོས་མནར་མེད་དུ་སོང་.....  
 པའོ། །མཆོམས་མེད་ལྟ་བུས་མ་ཐག་དམུལ་བར་སྟེའོ། །ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཞེ་  
 བ། །འགྲོ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པ་ལ་དགོངས་སོ། །འོ་ན་བྲམ་ཟེ་ཐིག་  
 ཅན་ཞིག་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་སྟུན་སྟར་འོངས་པ་ལ། བྲམ་ཟེ་བ་ཆོད་  
 བྱིར་ཟིན་ཆ་བ་དང་། བ་བ་ཡིན་ཏེ། གཤིན་མེད་དུང་དུ་ཕྱིན་པར་བ་ཁྱོད་  
 ཀྱི་གནས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་པ་ཇི་ལྟར་ཞེན། མིའི་ནང་ན་གནས་  
 མེད་པ་ལ་དགོངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བ་གང་དུ་སྤྱོད་པའི་བར་སྤྱོད་ཀྱི་  
 ཤ་ཚུགས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། བར་སྤྱོད་དེ་ནི་ད་གདོད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་  
 སྟུན་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་དབྱིབས་ཅན་ཏེ། སྟུན་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དེ་དང་  
 འཕེན་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སའི་དངོས་གཞིར་ཡང་། གང་དུ་སྤྱོད་པར་  
 འགྱུར་བ་དེའི་བྱད་གཟུགས་སོ། །ཞེས་སོ། །ཆོ་སྤྱོད་མའི་གཟུགས་སུ་སྤྱོད་པ་ལ་







བོ་འཕེན་པ་གཅིག་པའི་གཟུགས་མེད་ཅིང་། གཟུགས་མེད་ནས་སྐྱེས་པ་ལ་  
 དབྱིབས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། སྲིད་པ་འཕོ་བའི་མདོ་ལས། དཔྱལ་བའི་  
 བར་དོ་སྤང་རྒྱུ་མེས་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡི་དྲུགས་ཀྱི་ཚུ་དང་རུད་འགོའི་  
 རུ་བ་དང་། མའི་གསེར་དང་། ལྷའི་སྒྲུལ་བུ་དཀར་པོ་ལྟ་བུར་གསུངས།  
 བོངས་ཆོད་ནི་བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་དྲུག་ཅུམ་པ་དང་ལྷའི་བར་དོ་བོངས་ཆོད་.....  
 རྩེགས་པའོ། །འོ་ན་དཔྱུས་ལོང་རུ་སྐྱེ་བའི་བར་དོ་ལ་མིག་མེད་པས་དབང་  
 པོ་ཀྱན་ཆང་ཞེས་པ་མི་རུང་ངོ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་ཀྱན་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཡང་འདྲ་  
 བར་འཛོག་སྟེ། བྱ་པ་དང་འདྲ་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །ཆུ་ལ་བྱ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་  
 བར་དོ་ནི་མཚན་དཔེས་སྤྲོས་ཤིང་སྤོང་གསུམ་སྤང་བར་མཛད་པའོ། །སྤོན་  
 རུས་ཀྱི་སྲིད་པ་དེ་ནི་འཆི་བའི་སྤོན་རོལ་ཚུན་ཆད་ནས་སྐྱེ་བའི་སྲིད་པའི་.....  
 སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པམ་ཆད་དོ། །བར་སྲིད་དེ་ཡང་རིགས་མཐུན་པ་ནང་  
 དང་ལྷའི་མིག་དག་པ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་གི་ཤིན་རུ་དྲངས་པས་ལྷའི་...  
 མིག་སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱིས་མི་མཐོང་ངོ། །གཞན་ནི་གོང་མའི་བར་དོས་འོག་མ་  
 ཀྱན་ཀྱང་མཐོང་བར་སྤྲོའོ། །དེ་ནི་ལས་ལས་སྐྱེས་པའི་རྩ་འབྲུལ་ནམ་  
 མཁའ་ལ་འགོ་བའི་ཤུགས་ཏེ་འགྲུགས་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། དབང་པོ་ལྔ་པོ་  
 ཀྱན་ཆང་ལ་རྩོ་སོགས་ལའང་ཐོགས་མེད་འགོ་བའི་ལུས་དྲངས་པ་དང་ལྡན་  
 ནོ། །སྐྱེ་གནས་སུ་ནི་ཐོགས་ཞེས་ཀྱང་གྲགས་སོ། །འགོ་བ་གང་རུ་སྐྱེ་བའི་  
 བར་སྲིད་གྲུབ་ནས་འགོ་བ་གཞན་རུ་མི་སྒྲིག་སྟེ། དེ་གཉིས་ལས་གཅིག་  
 གིས་འཕེན་ཅིང་དེར་ལས་སྟོབས་ལྡན་གསར་པ་གསོག་མི་རུས་སོ། །མངོན་  
 པ་གོང་མ་བཞི་གསོག་རུས་པས་རྗེས་ཀྱི་སྐྱེན་སོགས་དགེ་བས་བསྒྲིག་བར་...  
 འཆད་དོ། །ཅི་འདྲོད་པའི་བར་སྲིད་ཀྱང་ཁམ་ཟས་ཟའམ་ཞེ་ན། བར་སྲིད་





དེ་ནི་དབང་ཆེ་ཆུང་དག་གི་ཞིམ་མི་ཞིམ་ཟེེ། ཆེའི་ཆང་དུ་བཤད་པ་ཐུབ་  
 པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། ཇི་སྟིང་སྟེ་བའི་ཆོགས་པ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་གནས་ལ་  
 དེའི་ཆེའི་འཕེན་པ་སྟོན་དུས་དང་གཅིག་པས་དེར་ཆེ་རིང་ཐུང་གིས་སྟོན་.....  
 དུས་ཆེ་རིང་ཐུང་དུ་འགྱུར་ཞེས་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་སྟེས་གནས་སུ་  
 བཤོད་ཚུལ་ནི། བར་སྟིང་དེ་བསམ་པ་གང་གིས་སྟེ་གནས་སུ་འཇིག་ཅེ་ན།  
 མངལ་དང་སྟོང་འདི་སྟེས་གནས་གྱི་བར་སྟིང་གིས་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་པ་མ་.....  
 ཉལ་པོ་བྱེད་པ་མཐོང་སྟེ། སྟོ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་གྱུར་པས་ཕོར་སྟེན་མ་ལ་  
 ཆགས་ཤིང་པ་ལ་སྤང་བ་དང་། ཕོར་སྟེན་པ་ལ་ཆགས་ཤིང་མ་ལ་སྤང་བའི་  
 སྟོན་ནས་ཅེ་དགའ་བུ་བར་འདོད་པས་འགོ་བའི་ཡུལ་དུ་སྟོན་དུ་འགོ་འོ། །  
 དོད་གཤེར་སྟེས་ནི་དེ་འདོད་པ་དང་། རྩས་སྟེས་ནི་གནས་མངོན་པར་  
 འདོད་པས་འགོ་འོ། །དབྱིབས་གང་གིས་འཇུག་ཅེ་ན། དཔུལ་བའི་བར་དོ་  
 བྱི་སྟེ་ཆོགས་སུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་སྟོན་དང་དཀའ་ཐུབ་ཅན། །  
 དང་སྟོང་རྣམས་ལ་སྐར་འདེབས་པ། །དེ་དག་སྟེ་ཆོགས་དག་དུ་ནི། །  
 དཔུལ་བ་ཁོ་ནར་ལྟང་བར་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །ལྟ་ནི་གྲུ་དུ་འགོ་ལ། མི་ལ་  
 སོགས་པའི་ནི་མི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་མངལ་དུ་འཇུག་པའི་བར་  
 སྟིང་ཀུན་གོང་གི་བསམ་པ་དེར་ངེས་སམ་ཞེ་ན། མདོ་ལས་བཞི་གསུངས་ཏེ།  
 གཅིག་ནི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་གི་གནས་པ་དང་འབྱུང་བ་ཤེས་བཞིན་མ་.....  
 ཡིན་པའོ། །གཞན་ནི་འཇུག་པར་མ་ཟད་གནས་པ་ཡང་ཤེས་ལ་འབྱུང་བ་  
 མི་ཤེས་པ་དང་གཞན་ནི་འཇུག་གནས་སུ་མ་ཟད་འབྱུང་བའང་ཤེས་པ་.....  
 དང་གཞན་ནི་འཇུག་གནས་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་སྟོངས་པ་སྟེ། ཤེས་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པའོ། །སྟོང་ལས་སྟེས་པ་ནི་རྟག་དུ་འཇུག་གནས་འབྱུང་བ་





ཐམས་ཅད་ཚེངས་པའོ། །འདི་ནི་ཚོགས་སྤྱད་མི་འདོད་པའི་ཁ་ཆེ་པའི་  
 ལྷགས་སོ། །ཡང་མངལ་དུ་འཇུག་པ་དང་པོ་གསུམ་པོ་རྣམས་ནི་རིམ་པ་  
 ལྷར་འཁོར་ལོ་སྒྱུར་བ་དང་རང་འབྱུང་རང་རྒྱལ་དང་། རྒྱུགས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་གཉིས་དག་སྟེ་དེ་ཡང་ལས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་བྱེད་པ་དང་། ཡེ་  
 ཤེས་ཐོས་པ་མང་བ་སོགས་དང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཆེ་བའི་ཕྱིར་ན་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྟེ་ཚུལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མཆོག་  
 ཉིད་དང་རང་བཞིན་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤང་པོ་ཉིང་མཚམས་སྤྱར་ཚུལ། སྤང་  
 པོ་ཆུན་ཐོག་མ་མེད་པ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ།  
 དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་འཇིག་རྟེན་གཞན་དུ་འཕོ་ན་བདག་གྲུབ་  
 བཅའེན། སྤང་པོ་འདོར་ཁིང་ཉིང་མཚམས་སྤྱར་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྤང་  
 པོ་ཅམ་ཉིད་ལ་བདག་དུ་འདོགས་ན་དགག་པ་མེད་དོ། །འོ་ན་སྤང་པོ་ཉིད་  
 འཇིག་རྟེན་གཞན་དུ་འཕོ་བར་འགྱུར་རོ། །ཁེན། སྤང་པོ་སྐད་ཅིག་མ་ལ་  
 བེ་འཕོ་བའི་མཐུ་མེད་ཀྱི། ཉོན་མོངས་དང་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་སྤང་པོ་  
 ཅམ་གྱི་སྤྱིད་པ་བར་མའི་རྒྱན་གྱིས་མའི་མངལ་དུ་འགྲོ་སྟེ། དཔེར་ན་མར་  
 མེ་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པ་ཡང་རྒྱན་གྱིས་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་བཞིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་ཆེད་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཐ་དད་ཀྱིས་རི་ལྷར་  
 འཕངས་པ་བཞིན་རྩར་རྩར་པོ་སོགས་ཀྱི་རིམ་གྱིས་སྤང་པོ་ཆུན་འཕེལ་  
 བའི་དབང་པོ་སྒྲིན་ནས་ཡང་ལས་བསགས་ཤིང་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་པ་དེ་དག་  
 རྣམས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་སྤྱིད་པ་བར་མའི་རྒྱན་གྱིས་འགྲོ་ཞེས་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་ཐོག་མ་མེད་དེ། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཐོག་མ་དེ་རྒྱ་  
 མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །ལམ་བསྐྱོམས་པའི་རྒྱ་ལས་ཉོན་མོངས་ཟད་ནས་ཐ་





མར་གྲོལ་བ་ནི་ཡོད་དེ། དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ཇི་ལྟར་ས་བོན་མཐའ་  
 མཐོང་ཞིང་། །དེ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མེན་ལྟར། །དེ་བཞིན་རྒྱ་ནི་མ་ཆང་ཕྱིར། །  
 སྐྱེ་བ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ། །དེས་ན་ཡང་དག་པའི་ལམ་སྒྲིམ་  
 པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་  
 དབབ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། གནས་སྐབས་པའི་རྟེན་འབྲེལ། ཡན་ལག་སོ་སོའི་རོ་  
 བོ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དཔེ་ཡིས་བསྟན་པ། དེ་རྣམས་སྲིད་པ་  
 བཞིར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་མདོར་བསྟན། ཡན་  
 ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤང་པོའི་རྒྱུ་སྐྱེ་བའི་གནས་  
 སྐབས་གསུམ་པོ་དེ་ནི། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་  
 གཉིས་ཏེ། སྔོན་དང་ཕྱི་མཐའ་དང་བར་རྣམས་ཏེ་ཆ་གསུམ་མོ། །གཉིས་པ་  
 ལ་གསུམ་སྟེ། ཆེ་གསུམ་ལ་རྫོགས་པའི་ཚུལ། ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་རྩ་བ་ལྟ་  
 བ། གཞན་གྱི་རྩྭ་གས་པ་བསལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཆ་  
 གསུམ་རྩ་ཇི་ལྟར་བཞག་ཅེ་ན། སྔོན་གྱི་མཐའ་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་  
 གཉིས་དང་། ཕྱི་མཐའ་སྐྱེ་བ་དང་། མ་ཤིག་གཉིས་དང་། བར་རྩ་ལྷག་མ་  
 བརྒྱད་དེ། དེ་ཡང་འདོད་པའི་གང་ཟག་རྩུས་སྐྱེས་མ་ཡིན་པ་ཆེ་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་ཡིན་གྱི། རྩུ་མེན་རྩ་འཆི་བ་དང་ཁམས་གོང་མ་  
 བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་སྔོན་ཆེ་སྤྲའི་ཉོན་མོངས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལྟེ། འོན་ཀྱང་མ་རིག་པ་ཉིད་སྒྲིམ་པ་ནི་དེའི་  
 དབང་གིས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་གཙོ་ཆེ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་  
 རྒྱལ་པོ་གཤེགས་པ་ལ་དེའི་ཞབས་འབྲིང་པའང་འོང་བར་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །  
 འདུ་བྱེད་དག་ནི་སྔོན་ཆེ་སྤྲའི་བསོད་ནམས་སོགས་ལས་ཀྱི་གནས་སྐབས་





སོ། །རྣམ་ཤེས་ནི་ཆེ་པར་པར་མངལ་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་སྐད་ཅིག་གི་ཕྱང་པོ་ལྟེ། །མིང་དང་གཟུགས་ནི་མཆོམས་སྦྱར་བ་དེ་ཕན་ཆད་ནས་སྦྱོམ་ཆེད་དུ་ག་དོད་པ་ཚུན་ཆད་དོ། །སྦྱོམ་ཆེད་དུ་ག་དེ་ནི་རང་ཉིང་དོད་ནས་ལུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་པ་ཚུན་ཆད་དོ། །རེག་པ་ནི་གསུམ་འདུས་ནས་བདེ་སྤྱད་དང་སོགས་པས་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་རྒྱ་ཤེས་.....བཞིན་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་ཅུས་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སོ། །ཆོར་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་སྦྱོད་ཅུས་པ་ནས་འབྲིག་པ་མི་སྦྱོད་...ཀྱི་བར་རོ། །ཤེད་པ་ནི་གཟུགས་སོགས་འདོད་ཡོན་གྱི་ཡོངས་སྦྱོད་དང་འབྲིག་པ་ལ་ཆགས་པ་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་ཏེ། དེ་དག་གི་ལུལ་ཆོལ་བ་ལ་མ་ཞུགས་ཀྱི་བར་རོ། །ཉི་བར་ལེན་པ་ནི་ལུལ་གྱི་ཡོངས་སྦྱོད་རྣམས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་རྒྱག་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །རྒྱག་པ་དེ་ཉིད་ཡང་སྤྱད་པ་སྦྱོབ་ཕྱི་མའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའི་ལས་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ནི་སྤྱད་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་ནོ། །ལས་དེས་ཀྱང་ཆེ་ཕྱི་མར་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བ་སྟེ། ཆེ་འདིར་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་དུ་བཞག་པ་སྟེ་ཆེ་གཞན་དུ་སྦྱོབ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕན་ཆད་ཆེ་འདིར་མིང་གཟུགས་ནས་ཆོར་བར་བཞག་པའི་བར་བཞི་ནི་ཆེ་གཞན་དུ་ཆ་ཤི་ཡིན་ཏེ། གཏུམ་བྱ་སྦྱོབ་པའི་ཆེད་དུ་དེ་བཞི་ཆ་ཤིའི་སྦྱས་གསུངས་སོ། །སྦྱིར་རྟེན་འབྲེལ་ལ། སྐད་ཅིག་ལ། རྒྱན་ཆགས་པ། འབྲེལ་པ་ཅན། གནས་སྐབས་པ་སྟེ་བཞི་ལས་སྤར་བཤད་པ་འདི་ནི་ཆེ་གསུམ་གྱི་ཕྱང་པོ་ལྟེའི་གནས་སྐབས་...བཅུ་གཉིས་ཡིན་པས་གནས་སྐབས་པར་འདོད་དེ། དེ་ཉིད་རྒྱན་ཆགས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་གཞན་གཉིས་ནི་སྟོག་ཆགས་གསོད་པའི་སྐད་ཅིག་མ་ལྟ་བུ་.....





སྐད་ཅིག་རེ་ལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་བཅི་བཤོ། །ཁོ་ཞེས་པ་མ་རངས་པ་སྟེ།  
 མདོ་ལས་མ་རིག་པ་ཅི་ཞེ་ན། གང་སྟོན་གྱི་མཐའ་མི་ཤེས་པའོ། །ཞེས་  
 སོགས་དང་འགལ་བས། སྤང་པོ་ལྷ་པར་མི་སྟིང་པར་མདོ་སྟེ་པ་འདོད་དོ། །  
 ཡན་ལག་རེ་རེ་ལ་སྤང་པོ་ལྷ་ཆར་ཡོད་ན་མ་རིག་པ་སོགས་ཁོ་ནར་ཅིང་.....  
 ཕྱིར་བསྒྲགས་ཤེ་ན། མ་རིག་པ་སོགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཡན་ལག་  
 དེ་དང་དེ་མ་རིག་པ་སོགས་སྤྱབས་སྒྲགས་སོ། །ཡང་ཆོས་མདོན་པར་འདུས་  
 བྱས་ཐམས་ཅད་ཉེན་འབྱེལ་དུ་བཤད་ལ། མདོ་ལས་ནི་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་  
 པ་ཁོ་ན་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། མདོན་པར་བཤད་པ་ནི་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་  
 ལ། མདོ་ལས་ནི། བདག་སྟོན་འབྱུང་ངམ་དང་ཕྱི་མའི་མཐར་འབྱུང་ངམ་  
 དང་། བར་དུ་འདི་ཅི་ཡིན་སྟུམ་པ་རྣམས་ལ་ཆོངས་པ་རྣམ་པར་བརྒྱག་  
 པའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་པ་ཁོ་ན་ཆ་གསུམ་དུ་བསྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་  
 ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དུ་བསྟུ་བ་ནི། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་གསུམ་དུ་  
 འདུས་ཏེ། དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ནི་གསུམ་སྟེ། མ་རིག་པ་དང་སྟིང་ལེན་ནོ། །  
 ལས་ནི་གཉིས་ཏེ། འདུ་བྱེད་དང་སྟིང་པའོ། །གཞི་བདུན་ཏེ་རྣམ་ཤེས་  
 སོགས་ལྷག་མ་བདུན་ནོ། །ལས་ཉོན་གྱི་ཉེན་ཡིན་པས་གཞི་ཞེས་བྱའོ། །  
 བདུན་པོ་དེ་གཞི་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། གཞན་ལྷ་ནི་རྒྱའོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་བར་གྱི་རྒྱ་འབྲས་རྒྱས་བར་བྱེ་ལ། སྟོན་དང་ཕྱི་མཐའི་ཡན་ལག་  
 བསྟུས་ཤེ་ན། སྤྱ་ཕྱི་གཉིས་གྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མདོར་བསྟུས་པ་ནི་བར་  
 མར་སྤྱ་མའི་འབྲས་བུ་རྣམ་ཤེས་སོགས་ལྷ་དང་། ཕྱི་མའི་རྒྱ་སྟིང་ལེན་  
 གཉིས་སྤྱ་ཕྱི་བའི་སྟོན་སྟེ་རྣམ་རྟེན་སྤྱད་པའག་པ་ལས་སྤྱ་ཕྱི་གཉིས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་གྱི་  
 དབྱེ་བ་ལེགས་པར་རྟོགས་རྒྱས་པས་རྒྱས་པར་མ་བྱའོ། །གསུམ་པ་གཞན་





གྱི་དྲུགས་པ་བསལ་བ་ནི། མ་རིག་པ་ལ་རྒྱ་མེད་ན། འཁོར་བ་རྒྱ་མེད་དུ་  
 ཐལ་བ་དང་། རྒྱ་ཤི་ལ་འབྲས་བུ་མེད་ན་འཁོར་བ་སྤྱི་མཐའ་ཅན་དུ་འགྱུར་  
 ལ། རིམ་པ་ལྟར་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡོད་ན་ཡན་ལག་བརྒྱ་  
 གཉིས་སུ་གྲངས་མ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། ཞིན། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་  
 བན་ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་འགྱུར་བས་ཡན་ལག་དོན་གཞན་བཅའ་མི་དགོས་་་་  
 ཞེས་སྟོན་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་ལས་ཉོན་མོངས་པ་སྦྱེ་སྦྱེ། སྲིད་པ་ལས་  
 ལེན་པ་ལོ། ཉོན་མོངས་པ་ལས་བྱ་བ་ལས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་སྦྱེ་སྦྱེ། ལེན་པ་  
 ལས་སྲིད་པ་དང་མ་རིག་པ་ལས་འདུ་བྱེད་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར། ལས་དེ་ལས་གཞི་  
 སྦྱེ་སྦྱེ། འདུ་བྱེད་ལས་རྣམ་ཤེས་དང་། སྲིད་པ་ལས་སྦྱེ་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 གཞི་དེ་ལས་གཞི་སྦྱེ་སྦྱེ། རྣམ་ཤེས་ལས་མིང་གཟུགས་དང་། སྦྱེ་བ་ལས་རྒྱ་  
 ཤི་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར། གཞི་ལས་ཉོན་མོངས་སྦྱེ་སྦྱེ་ཆོར་བ་ལས་སྲིད་པ་སྦྱེ་བའི་  
 ཕྱིར། འདི་ནི་སྲིད་པ་ལོ་ཡན་ལག་རྟེན་འབྲེལ་ལྷགས་འབྱུང་དུ་སྦྱེ་བའི་  
 ལྷགས་སོ། རྟེན་པར་ན་ཉོན་མོངས་པ་ལས་ལས་དང་། ལས་ལས་གཞི་  
 རྟེན་འབྲེལ་དང་། དེ་ལས་སྤྱོད་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ལོ་རྟེན་འབྲེལ་འབྱུང་  
 བས། མ་རིག་པ་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱ་ཤི་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་ཀྱང་པན་ཚུན་གཅིག་  
 གིས་གཅིག་གི་རྒྱ་བྱེད་པས་ཡན་ལག་དོན་གཞན་བཅའ་མི་དགོས་སོ། །  
 མདོར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དང་། བྱུང་བ་ཞེས་གསུངས་ན་འདི་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅི་ཞིན། བསྟན་བཅོས་ལས་ནི། འདུས་བྱས་ཐམས་  
 ཅད་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། མདོར་དགོངས་པ་འདིར་ནི་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི། རྒྱུའི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ་བྱུང་བ་ནི་འབྲས་  
 བུའི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་འདོད་དོ། གཉིས་པ་ཡན་ལག་སོ་སོའི་རོ་བོ་ལ་





གཉིས་ཏེ། སྤྱིའི་དོན་དང་། ཆོག་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རོ་བོ་  
 དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ། གངས་ངེས་ཚུལ། གོ་རིམ་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །  
 ཐོགས་མེད་སྤྱི་མཆེད་ལྟར་ན་མ་རིག་པ་ནི་ཡང་སྤྱིད་ཀྱི་རྒྱའི་ལས་ཀྱན་ནས་  
 སྤྱིང་རུས་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱགས་ཏེ། དབྱེ་ན་ལས་འབྲས་ལ་  
 མོངས་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མོངས་པ་གཉིས་སོ། །འདུ་བྱེད་ནི་ལས་  
 འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་པ་དང་དེས་སྦྱོད་པའི་ཡང་སྤྱིད་འཕེན་བྱེད་བསམ་  
 པའི་ལས་སོ། །རྣམ་ཤེས་ནི་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་བཞག་པའི་ཡང་སྤྱིད་སྦྱོད་པའི་  
 ལས་ཀྱི་ས་བོན་ཅན་ཏེ། ཉན་ཐོས་སྟེ་གཉིས་ལྟར་ན་ཡིད་ཤེས་སོ། །སེམས་  
 ཅམ་པས་ཀྱན་གཞིར་བཞེད་ཅིང་དེ་ཡང་ས་བོན་བཞག་ཅམ་རྒྱ་དུས་ཀྱི་  
 རྣམ་ཤེས་དང་ལས་དེ་རུས་པ་བཟུང་ཏེ་སྦྱེ་གནས་སུ་བྲིད་དུས་ཀྱི་འབྲས་  
 དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་སོ། །མིང་གཟུགས་ནི་རྣམ་ཤེས་དེ་མངལ་དུ་  
 ཞུགས་པས་གྲུབ་པའི་སྤང་པོ་ལྟོ། །སྦྱེ་མཆེད་དུག་ནི་མིང་གཟུགས་དེ་  
 འཕེལ་བས་མིག་སྟགས་དུག་ཆང་བའོ། །རིག་པ་ནི་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་  
 གསུམ་འདུས་ནས་དབང་པོའི་འགྱུར་བ་དང་འདྲ་བའི་ཡུལ་སྤྱོད་པ་སྟེ།  
 རིག་པའི་ཆོགས་དུག་གོ། །ཆོར་བ་ནི་ཡུལ་དང་རྣམ་སྒྲིན་ལ་ལོངས་སྤྱོད་  
 པའི་ཐྱིང་བ་སྟེ་བདེ་སྤྱག་སྟགས་གསུམ་མཐ། ཡིད་བདེ་སྟགས་ལྟོ། །སྤྱིད་  
 པ་ནི་ཆོར་བ་ལ་སྤྱང་དོར་དུ་འདྲོད་ཆགས་པ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤྱིད་པ་  
 གསུམ་མཐ་འདྲོད་སྤྱིད་འཇིག་སྤྱིད་སྤྱིད་སྤྱིད་གསུམ་མོ། །ལེན་པ་ནི་ལྟ་བ་  
 སྟགས་བཞི་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པ་སྟེ་ཟག་བཅས་མ་འོངས་པ་ལ་འདུན་  
 པ་དང་ད་ལྟ་བ་ལ་ཆགས་པ་གཉིས་སམ། འདྲོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་སྟགས་  
 བཞིའོ། །སྤྱིད་ལེན་གྱི་ཁྱད་པར་ནི་སྤྱིད་པའི་རིང་རྒྱ་དང་ཉེ་རྒྱ་འཕ། ཆོར་







བ་སོགས་གསུམ་ལ་སྤྱི་རིལ་དུ་ཆགས་པ་དང་བྱེ་བྲག་དུ་འདོད་པ་སོགས་་་་  
 བཞི་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པ་ལོ། །སྤྱི་པ་ནི་ལས་ཀྱི་རྩལ་པ་མཐུ་ཅན་དུ་སྦྱེ  
 བ་བསྦྱང་པར་ངེས་པ་སྟེ། འཆི་བའི་ཆེ་ལེན་པས་ལས་ཀྱི་ས་བོན་བརྟན་  
 པར་བྱས་པས་འགོ་བ་བྱེ་བྲག་ཅན་དུ་ངེས་པར་བྱེད་ལ། མཚམས་མེད་ཀྱི་  
 ལས་ནི་བྱས་མ་ཐག་དུ་ངེས་པར་བྱེད་ཀྱང་འཕྲལ་དུ་དཔྱལ་བ་སོགས་སུ་མི་  
 སྦྱོལ་བ་ནི་སྤོང་གི་རྣམ་སྤྱོད་གི་ལྷག་མ་ལུས་པ་ལོ། །མདོར་སྤྱི་པ་དང་བདུན་  
 གསུངས་པའི་ལས་ཀྱི་སྤྱི་པ་སྟེ། དབྱེ་ན། །ལམས་གསུམ་གྱི་ལས་སྤྱི་  
 གསུམ་མོ། །སྦྱོལ་བ་ནི་མིང་གཟུགས་སོགས་སྒར་མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་ལོ། །  
 སྐ་ཤི་ནི་ཕུང་པོའི་རྒྱུ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་ཆད་པ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 མངལ་སྦྱོས་ཀྱི་སྤྱི་པ་གཅིག་གི་མགོ་ཚུམ་པ་ནས། མཐུག་རྫོགས་ཀྱི་བར་  
 ལ་རིང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཆ་གཉིས། ཉེ་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཆ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས་བརྩམས་སུ་ངེས་ཏེ། སྤྲ་མ་ལ་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་གཉིས་  
 རྒྱ་ཡིན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནས་ཆོར་བའི་བར་ལྷན་པ་འབྲས་ལུའོ། །འདི་  
 གཉིས་ནི་རིང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྦྱོལ་བར་  
 དུ་མས་ཆོད་པ་སྤྱི་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་འབྲས་ཕྱི་མ་ལ་སྤྱི་པ་ལེན་སྤྱི་པ་གསུམ་  
 རྒྱ་ཡིན་ལ་སྦྱོལ་བ་དང་། སྐ་ཤི་གཉིས་འབྲས་ལུའོ། །འདི་གཉིས་ཉེ་བའི་རྒྱ་  
 འབྲས་ཡིན་ཏེ། སྦྱོལ་བ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 འབྱུང་བའི་རིམ་པ་ནི་ཐོག་མར་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་་་  
 ཤེས་ནས། ཆོར་བའི་བར་འཕངས་པ་ཉིད་སྤྱི་པ་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་གསོས་  
 བཅད་ནས་ལས་རྩལ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱི་པར་གྱུར་ནས་སྦྱོལ་བ་དང་། སྐ་ཤི་  
 གཉིས་སྦྱོལ་བ་གཞན་གྱིས་མ་ཆོད་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་སྤྱི་





གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་རོ། །འོ་ན་རྣམ་ཤེས་སོགས་ལྔ་པོ་འགྲུབ་བྱེད་པ་  
 སོགས་འབྱུང་རིགས་པར་བཤམ། རྣམ་ཤེས་སོགས་ལྔ་པོ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེན། རྒྱ་འབྲས་སྣ་མ་ལ་ཡང་སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་  
 འོན་ཐོབ་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་སུ་མ་སྒྲིམ་ཏེ། རིང་བའི་རྒྱ་འབྲས་སྟོན་པའི་  
 སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་འབྲས་ཕྱི་མ་ལ་ཡང་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དོན་གྱིས་  
 ཡོད་ཀྱང་དངོས་སུ་མ་སྒྲིམ་ཏེ། ཉེ་བའི་རྒྱ་འབྲས་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། སྣ་མའི་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཕྱི་མ་ལ་དང་། ཕྱི་མའི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་  
 རྒྱ་སྣ་མ་ལ་དཔགས་ཏེ་ཤེས་པས་མི་རྟོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གཞུང་འདི་  
 ལྟར་ན་རྒྱ་འབྲས་ཆ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི་སྣ་མ་རྒྱ་བསྐྱས་འབྲས་བྱ་བྱེ་བ་  
 དང་། ཕྱི་མ་རྒྱ་ཕྱི་འབྲས་བྱ་བསྐྱ་བའི་དབང་ཏུ་བྱས་སོ། །སྣ་མའི་སྐབས་སུ་  
 འབྲས་བྱ་རང་མིང་ནས་སྒྲིམ་ལ་ཕྱི་མའི་སྐབས་སུ་རང་མིང་མ་སྒྲིམ་པར།  
 ཆ་ཤི་ཞེས་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྒྲིམ་སོ། །ལྷག་ཀྱང་གཉིས་སུ་བསྐྱ་ན་སྣ་  
 ཕྱི་གཉིས་ཀའི་རྒྱའི་ཆ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་ལ། འབྲས་བྱའི་ཆ་ལྷག་  
 བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡན་  
 ལག་བཞི་དངོས་སུ་བཤད། ལྷག་མ་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བརྟན་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། མ་རིག་པ་བཤད། མིང་བཤད། རིག་པ་བཤད། ཚར་  
 བ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ། ལོག་རྟོག་  
 བསལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྤར་ཡན་ལག་རེ་རེའང་སྤང་པོ་ལྔ་ལྔར་བཤད་  
 པ་ནི། བྱ་བྲག་སྣ་བའི་ལྷགས་ཡིན་ལ། འདིར་འཆད་པ་ནི་མདོ་སྟེ་པའི་  
 ལྷགས་སོ། །དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་རིག་པ་གཏན་མེད་མ་ཡིན་གྱི། རིག་པ་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་གཞན་ཡུལ་ལ་ཤེན་ཏུ་མི་གསལ་བའི་རྣམ་མཁྱེན་པའོ། །





པར་འཇུག་པའོ། །དཔེར་ན་མཛོད་པའི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་མི་མཛོད་པ་  
 དང་། བདེན་པའི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་རྒྱན་པ་ཞེས་སྟགས་བཞིན་ནོ། །རིག་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ཙམ་དང་རིག་པ་མེད་ཙམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་ཀྱན་སྦྱར་  
 དང་ཆུ་བོ་དང་སྦྱར་བ་དང་ཟག་པ་སྟགས་སུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་དམན་པ་ལ་དགག་པའི་སྦྱ་སྦྱར་ནས་ཤེས་རབ་ངན་  
 པ་ནི་མ་རིག་པའོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་དང་ལྟ་བའི་ཀྱན་སྦྱར་ཐ་  
 དད་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྟ་བའང་མ་རིག་པ་དེ་དང་མཆུངས་  
 ལྟན་ཏུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩིས་གཉིས་མཆུངས་ལྟན་ཏུ་  
 མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཤེས་རབ་ངན་པ་མ་རིག་པར་བསྟན་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་ནི་མ་རིག་པས་ཉོན་མོངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཏུ་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མདོ་ལས་མ་རིག་པས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པ་ཙན་ཏུ་  
 བྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ནི་རྣམ་པར་མི་དག་གོ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མ་  
 རིག་པའི་ངོས་འཛིན་འདི་ནི་ཆོད་མ་དང་མི་མཐུན་པར་སྤང་ངོ་། །གཉིས་  
 པ་ནི། མིང་ནི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་ཆོར་བ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་  
 བར་བཞི་སྟེ། མིང་ལྟར་དོན་ལ་གཞིལ་བས་སོ། །གསུམ་པ་རིག་པ་ནི། མ་  
 རིག་ནས་ཡིད་ཀྱིས་འདུས་ཏེ་རིག་པའི་བར་དུག་སྟེ། དེ་ཡང་ཡུལ་དབང་  
 རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་ཏེ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དུག་ལས་དང་པོ་ལྷ་ནི་  
 ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པས་ཐོགས་པའི་རིག་པའོ། །དུག་པ་  
 ནི་ཆོག་སྒྲ་དུགས་ཏེ། མིང་ལ་དམིགས་པས་ཆོག་སྒྲ་དུགས་པའོ། །ཡང་རིག་  
 པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རིག་པའི་དང་། མ་རིག་པའི་དང་། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་  
 པའི་རིག་པའོ། །དེ་གསུམ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དེ་མེད་ཀྱི་དང་ཉོན་མོངས་





ཅན་གྱི་དང་། ལྷག་མ་སྟེ་དགེ་བ་ཟག་བཅས་དང་མ་བསྐྱེབས་ལུང་མ་  
 བསྟན་གྱི་རེག་པའོ། །མ་རིག་པའི་རེག་པའང་སྟུགས་གཅིག་སྟོས་ན་གཞོན་  
 སེམས་དང་། རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དག་དང་ལྷན་པའི་རེག་པ་གཉིས་སོ། །  
 ཡང་ཐམས་ཅད་བསྟན་ན་བདེ་བ་མྱོང་འགྱུར་གྱི་རེག་པ་སྟགས་གསུམ་སྟེ།  
 དེ་ནམས་རེག་པ་བཅུ་དྲུག་གོ། །བཞི་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་དབྱེ་བ་དང་།  
 སེམས་ཚོར་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རེག་པ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཚོར་བ་དྲུག་སྟེ། མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་སྟགས་སོ། །  
 དེ་དྲུག་ལས་དང་པོ་ལྷན་ཏེ་ཚོར་བའོ། །སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་ནི་གཞན་  
 ཡིད་ཀྱིས་འདུས་ཏེ་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། བསྟན་  
 བཤད་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཚོར་ཏེ་ཡུལ་དྲུག་ལ་རྟོག་བཅས་མི་  
 བརྟེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་ལས་ཡིད་བདེ་དང་ཡིད་མི་བདེ་དང་.....  
 བཏང་སྟོམས་ནམས་ལ་དྲུག་དྲུག་སྟེ། རྣམ་པ་དག་ནི་ཡང་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། འདོད་ཁམས་ན་བཅོ་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོད་ལ་དེ་ཡང་  
 རང་སའི་ཡུལ་དྲུག་ལ་དམིགས་པ་ཅན་ནོ། །དེ་ནམས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་  
 གཟུགས་ཁམས་ཅན་གྱི་དྲི་རོ་ལ་རྒྱ་བ་དྲུག་མིན་པ་བཅུ་གཉིས་སོ། །འདོད་  
 པའི་ཚོར་བ་གསུམ་གོང་མ་གཟུགས་མེད་པ་ལ་དམིགས་ན་ཚོས་ལ་རྒྱ་བ་.....  
 གསུམ་སོ། །བསམ་གཏན་འོག་མ་གཉིས་འདོད་པའི་ཡུལ་དྲུག་ལ་འགྲོ་ཞིང་།  
 དམིགས་ན་ཡིད་མི་བདེ་འེ་རྒྱ་བ་དྲུག་མ་ཡིན་པ་བཅུ་གཉིས་སོ། །རང་  
 གཟུགས་ཁམས་ལ་དམིགས་ན་དྲི་རོ་ལ་རྒྱ་བ་བཞི་མིན་པ་བརྒྱད་དང་།  
 གཟུགས་མེད་པ་ལ་དམིགས་ན་ཚོར་བ་གཉིས་ཀྱི་ཚོས་ལ་རྒྱ་བ་གཉིས་སོ། །  
 བསམ་གཏན་གོང་མ་གཉིས་ཡན་ཆད་ན་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལས་མེད་.....





བས་དེ་ཉིད་དྲུག་སྟེ། དེ་དྲུག་གི་དམིགས་པ་ནི་འདོད་པ་ལྟ། །རང་ས་  
 གཞུགས་ཁམས་ལ་རྒྱ་བ་ནི་ཡུལ་བཞི་ལ་དམིགས་པ་ལྟ། །ཤོང་མ་གཞུགས་  
 མེད་ལ་རྒྱ་བ་ནི་ཆོས་གཅིག་སྟེ། ལ་དམིགས་པ་ལྟ། །གཞུགས་མེད་ནམ་  
 མཁའ་ཉེར་བསྟོགས་ན་བཞི་སྟེ། གཞུགས་ཀྱི་ཡུལ་བཞི་ལ་འགྲོ་ཞིང་  
 དམིགས་པ་ལྟ། །ཤོང་མ་གཞུགས་མེད་པར་འགྲོ་ཞིང་དམིགས་པ་ནི་ཆོས་ལ་  
 རྒྱ་བ་གཅིག་སྟེ། །གཞུགས་མེད་དངོས་གཞི་ན་ཆོས་ལ་རྒྱ་བའི་བཏང་  
 རྟེན་གཅིག་སྟེ། དེ་ཡང་རང་སའི་ཡུལ་ཅན་ནོ། །དོན་བསྟུ་བ་ནི། ཡིད་  
 ཆོར་བཅོ་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཟག་བཅས་སོ། །རྒྱ་ཚུལ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྟེ་བ་  
 ལྟར་རོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་འོག་ས་སོགས་གང་ལ་  
 དམིགས་པ་དེའི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་མི་འདོད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པས་ཡིད་ཡུལ་ལ་རྒྱ་  
 བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་མདོའི་དོན་དུ་འཆད་དོ། །གཉིས་པ་སྟག་མ་  
 གཞན་ལས་ཤེས་པར་བསྟན་པ་ནི། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། སྟེ་  
 མཆོད་དྲུག་དང་། གཞུགས་ནི་བཤད་ཟིན་ཅིང་ཡན་ལག་གཞན་དུ་འདུ་  
 བྱེད་སྟེད་པ་གཉིས་ལས་བསྟན་པར་དང་། སྟེད་ལེན་གཉིས་ཕྱ་རྒྱས་བསྟན་  
 པར་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་དཔེ་  
 ཡིས་བསྟན་པ་ནི། འདིར་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཡན་ལག་གསུམ་ནི་ས་པོན་  
 ལས་སྟོང་དུ་སོགས་སྟེ་བ་བཞིན་ཏེ། དེ་ལས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་དང་  
 གཞི་སྟེ་བས་སོ། །ཁྱུ་གནས་པའི་མཆོ་མི་སྐམ་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པས་སྟེ་  
 བའི་རྒྱ་མཆོ་མི་སྐམ་པས་སོ། །ནགས་ཚལ་རྩ་བ་ནས་མ་སྤང་ན་བཅད་ཀྱང་  
 སྤར་སྟེ་བ་བཞིན་ཏེ། དེའི་རྩ་བ་མ་སྤང་ན་ཡང་འཁོར་བར་སྟེ་བས་སོ། །  
 ལྷན་ཤིང་གིས་དུས་སུ་མེ་ཏྲག་དང་འབྲས་སུ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་ཏེ། དེས་





ཡང་ནས་ཡང་དུ་ལས་ཉོན་སོགས་བསྐྱེད་པས་སོ། ། རྟུན་པ་དང་བཅས་  
 པའི་འབྲས་སྐྱར་སྐྱེ་ཡི་འབྲས་རྒྱུད་པ་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ་དེའི་ཐོབ་པ་དང་.....  
 བཅས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཡང་སྲིད་སྐྱེད་ཀྱི་ལས་རྒྱུད་པས་མི་བསྐྱེད་དོ། ། ལས་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་གཉིས་ནི། རྟུན་པ་དང་བཅས་པའི་འབྲས་དང་འདྲ་སྟེ་ཉོན་  
 མོངས་པའི་རྟུན་པ་དང་བཅས་པས་སོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲན་ལན་གཅིག་ཁོ་  
 རས་རུས་པ་འབྱེན་པ་བཞིན་ཏེ། ལན་གཅིག་ཁོ་ན་ཅམ་སྤྲན་འབྱེན་པས་སོ། །  
 མེ་ཏྲ་ག་འབྲས་བུའི་ཉེ་རྒྱ་ཡིན་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་ཅམ་སྤྲན་གྱི་ཉེ་རྒྱ་ཡིན་པས་  
 སོ། ། གཞི་བདུན་ནི་བཟའ་བརྒྱུད་གཡོས་སུ་གྲུབ་པ་བཞིན་ཏེ། མོངས་སྐྱེད་  
 བྱ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་ཡང་བསྐྱེད་བྱ་མིན་པས་སོ། ། བཞི་པ་དེ་ཅམ་ས་སྲིད་པ་  
 བཞིར་བསྟན་པ་ནི། དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་སྐྱར་བཤད་པའི་  
 སྲིད་པ་བཞི་ལས་མི་འདའ་སྟེ། སྲིད་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་སྐྱེ་བའི་སྲིད་པ་  
 ནི་གཅིག་དུ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་རང་སའི་ཉོན་མོངས་ཀུན་གྱི་  
 ཉོན་མོངས་སོ། ། དྲག་དྲག་སོགས་ཆེག་རྒྱུད་ཐུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་  
 པ་མིན་པ་དང་མི་ལྡན་པས་སོ། ། བར་སྲིད་དང་སྟོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་དང་  
 འཆི་སྲིད་དེ་སྲིད་པ་གཞན་གསུམ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་དགེ་བ་དང་མ་  
 བསྐྱེད་པས་སྟེ། ཅམ་པ་གསུམ་ཀ་སྲིད་ལ་བར་སྲིད་དུ་འང་སྐྱེ་བའི་ཆོ། ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཉིད་དོ། ། གཟུགས་མེད་ན་བར་སྲིད་མིན་པ་གསུམ་སྟེ། བར་  
 སྲིད་མེད་པའི་སྐབ་བྱེད་སྐྱར་བཤད་པ་ཉིད་དོ། ། གསུམ་པ་སྐྱེས་པ་གནས་  
 པའི་རྟེན་ལ་གསུམ་སྟེ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད། ཟས་བཞིར་ངེས་  
 པས་མཆུག་བསྟུ་བའོ། ། དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཅམ་ས་གནས་པའི་རྟེན་ཅི་  
 ཞེན། འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཟས་ཀྱིས་གནས་པར་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །





གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཁམ་ཟས་བཤད་པ་དང་། ཟས་ལྷག་པ་བཤད་པ།  
 ཞར་ལ་བར་སྲིད་གྱི་རྣམ་གྲངས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཟས་བཞེ་ལས་ཁམ་གྱི་  
 ཟས་ནི་འདྲོད་པ་ཉིད་ན་ཡོད་དེ། གོང་མ་གཉིས་ནི་དེ་ལ་ཆགས་པ་དང་  
 བྲལ་བས་སོ། །དེའི་ངོ་བོ་དྲི་རོ་རེག་བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེ།  
 ལྷ་ལྷེ་ལུས་གསུམ་གྱིས་ཁམ་དུ་བཅད་ནས་མིད་པས་སོ། །གཟུགས་སྐྱ་  
 གཉིས་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནི་ཟས་མ་ཡིན་ཏེ། ཟས་ནི་དབང་པོ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་པ་  
 ལ་རང་གི་ཕྱལ་ཅན་དབང་པོ་ལ་མི་ཕན་པས་སོ། །འོ་ན་ཟས་ཡིད་འོང་  
 མཐོང་བའི་ཆེ་ཕན་པ་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་ཡང་རེག་པ་ཟས་ཡིན་གྱི་གཟུགས་  
 ཟས་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་ན་གྲོལ་བས་ཟས་མཐོང་བའི་ཆེ་འང་ཕན་པར་རིགས་  
 པ་ལས་གྲོལ་བ་ཐྱིར་མི་འོང་དང་དགྲ་བཅོམ་པས་ཟས་ཡིད་དུ་འོང་བ་.....  
 མཐོང་ཡང་དེ་དག་གི་དབང་པོ་ལ་མི་ཕན་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། གསུམ་  
 འདུས་ནས་ཕྱལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་གཙོད་པའི་རེག་པ་དང་མ་འོངས་པ་.....  
 གཙོད་པའི་རེག་པ་དང་མ་འོངས་པའི་འདྲོད་བྱ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་པ་  
 དང་། རྣམ་ཤེས་གསུམ་ཟག་བཅས་ཁོ་ན་ཟས་ཡིན་ལ་འདི་དག་ནི་ཁམས་  
 གསུམ་ཆར་དག་ན་ཡོད་དོ། །དེ་གསུམ་ཟག་མེད་གྱི་ཆ་ནི་ཟས་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཟས་ཀྱི་དོན་སྲིད་པ་གསོ་བྱེད་དང་། མདོ་ལས་སེམས་ཅན་འབྱུང་བ་  
 གནས་བྱེད་དང་། སྲིད་པ་གསོ་བ་ལ་ཕན་བྱེད་དུ་ཞུགས་པ་ལ་བཤད་ན།  
 ཟག་མེད་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་སོ། །གསུམ་པ་ཞར་ལ་བར་སྲིད་གྱི་རྣམ་  
 གྲངས་ནི། ལུ་ཤག་སོགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཡིད་ཅམ་ལས་སྐྱེས་པའི་དོན་  
 གྱིས་ན་ཡིད་ལས་བྱུང་བ། སྐྱེ་སྲིད་འཆོལ་བར་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ན་སྲིད་  
 ཆོལ། ཟས་སུ་དྲི་བ་བའི་དོན་གྱིས་ན་དྲི་བ། སྐྱེ་སྲིད་དང་འཆི་སྲིད་གཉིས་





གྱི་བར་ན་གནས་པའི་དོན་གྱིས་ན་སྲིད་པ་བར་མ། སྟེ་སྲིད་འགྲུབ་པར་  
 བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ན་འགྲུབ་པ་སྟེ། འདི་དག་ནི་བར་སྲིད་གྱི་མིང་གི་རྣམ་  
 གངས་སོ། །གསུམ་པ་ཟས་བཞིར་ངེས་པས་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི། ཟག་བཅས་  
 ཐམས་ཅད་སྲིད་པ་གསོ་བྱེད་ཡིན་པས་ཟས་བཞིར་གངས་ངེས་པ་མི་འཐད་  
 ཅེན། གཙོ་པོ་བཤད་པ་སྟེ། ཆེ་འདི་ལ་གནས་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་  
 ལུས་རྒྱས་པ་དང་། བརྟེན་པ་སེམས་དང་སེམས་བྱང་རྒྱས་པའི་དོན་ལ་  
 རིམ་བཞིན་ཁམ་དང་རེག་པའི་ཟས་གཉིས་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། ཡང་སྲིད་པ་  
 གཞན་འཕེན་པ་དང་། ལས་ཀྱིས་འཕངས་པ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་པའི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ལས་འགྲུབ་པའི་དོན་རྒྱ་རིམ་བཞིན་སེམས་པ་དང་རྣམ་.....  
 ཤེས་ཀྱི་ཟས་གཉིས་གཙོ་ཆེ་བས་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །ཟས་སྡེ་མ་གཉིས་ནི་  
 སྟེས་ཟིན་གསོ་བ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་ཕྱང་པོ་གསར་དུ་སྟེད་བྱེད་དང་  
 གནས་བྱེད་གཉིས་ཀའོ། །སེམས་པའི་ཟས་ལུས་གནས་བྱེད་ཡིན་པའི་དཔེ་  
 ནི། ལ་ཉེས་པའི་ཆེ་པ་ཡིས་ཐལ་བའི་རྒྱལ་པ་ལ་བྱ་གཉིས་ཕྱེད་འདུ་ཤེས་སྟེ་  
 བར་བྱས་པས་དེ་སྲིད་རྒྱ་བྱ་གཉིས་འཆོ་བ་དང་། རྒྱ་མཆོར་གྱ་ཞིག་པའི་མི་  
 ལྷ་བའི་ཕྱང་པོ་ལ་ཐང་རྒྱ་འདུ་ཤེས་པས་དེ་སྲིད་རྒྱ་འཆོ་བ་ལྷ་བའོ། །རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཟས་ཀྱིས་ལུས་མི་འདུལ་བར་གནས་པར་བྱེད་དེ། མདོན་པ་གོང་  
 མ་བས་ཀུན་གཞི་ལ་བཞེད་དོ། །བསྟུ་བ་ལས། ཁ་ཟས་འོངས་སྟོད་པའི་ཆོ་  
 གནོད་ལ་འཇུ་བའི་ཆོ་ཕན་པ་དང་། གནོད་པ་ཡང་ཡོད་པས་འཇུ་བའི་ཆོ་  
 ཁོན་ཟས་ཡིན་པར་བཤད་ལ། ཕྱི་བྲག་རྒྱ་སྟེ་བས་འཇུ་བའི་ཆོ་གནོད་ལ།  
 ཟས་དང་པོ་ཟ་བའི་ཆོ་ཕན་འདོགས་པས་ཟས་ཡིན་ཏེ། ཟས་ནི་འོངས་  
 སྟོད་པ་དང་འཇུ་བ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་སྟུ་བ་བྱེད་པས་སོ། །འགོ་བ་དང་སྟེ་







གནས་ཀྱན་ན་ཟས་ཐམས་ཅད་ཡོད་དེ། དམུལ་བ་ནའང་ཐོ་ལུམ་དང་  
 ཟངས་ལྷན་དག་བཀེས་སྒྲིམ་འཛམས་རྒྱས་པས་ཟས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཐོབ་.....  
 པའི་ཕྱིར་ཟས་སུ་འདོད་དོ། ཉི་ཆེ་བའི་དམུལ་བ་པ་ལ་ཁམ་ཟས་མི་དང་  
 འདྲ་བར་ཡོད་པར་བཤད་དོ། བྱི་བྱག་ཏུ་སྦྱ་བས། སའི་དངོས་གཞིར་ཡང་  
 དམུལ་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་བའི་ཁམ་ཟས་སྤྲ་བས་གནས་པར་བཤད་དོ། །  
 བཞི་པ་གནས་པ་འཆི་འཕོ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། འཆི་སེམས་ངོས་བབྱང་། རྒྱུ་  
 ཤེས་གང་ཏུ་འགག་པ། གནད་གཅོད་པའི་རྒྱལོ། །དང་པོ་ལ་འཆི་སེམས་  
 སྦྱིར་བསྟན་པ་ནི། དགེ་ཆ་འཆད་པ་དང་མ་ཆད་པ་མཆོམས་སྦྱིར་བ་དང་།  
 ཁམས་དང་ས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། དེ་ལས་ཉམས་པ་  
 དང་། འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྦྱི་བ་སྟེ། གནས་སྐབས་དུག་གི་སེམས་རྒྱུ་མ་ནི་  
 ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ནར་འདོད་དོ། །ལྟ་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་། མཉམ་  
 བཞག་དང་། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་སོགས་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་ཤེས་ཉིད་ལ་ཡོད་  
 པས་སོ། །འདི་ནི་སའི་དངོས་གཞིར་ཀྱན་གཞི་མ་བཞག་པའི་དབང་ཏུ་  
 བྱས་ལ། ཀྱན་གཞི་བཞག་ན། དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱེ་འཆིའི་སེམས་བྱེད་པར་  
 བཤད་དོ། །འཆི་སེམས་བྱེ་བྱག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོར་བའི་བྱང་  
 པར། སེམས་ཀྱི་བྱང་པར། ལྷག་མེད་ཏུ་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འཆི་  
 བ་དང་སྦྱེ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཆོར་བ་ནི་བྱང་སྦྱོམས་ལ་འདོད་དེ།  
 འདི་ནི་མི་གསལ་བས་རུང་ལ། བདེ་སྦྱག་གི་ཆོར་བ་ནི་གསལ་བས་མི་རུང་  
 ངོ། །གཉིས་པ་ནི། མཉམ་བཞག་ཅེ་གཅིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། སེམས་མེད་  
 གསུམ་ལ་གནས་པའི་ངང་ལས་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྦྱེ་བ་དེ་དག་མེད་དེ།  
 མཉམ་བཞག་གི་སེམས་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཡིན་ལ། སེམས་མེད་ལ་སེམས་





ཡིད་པར་འགལ་བས་སྟེ། །གསུམ་པ་ནི། དག་བཙམ་ལྷག་མེད་དུ་ལྷ་རན་  
 ལས་འདའ་བ་ནི་ལུང་བསྟན་མིན་པའི་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཏེ། རྣམ་སྒྲིན་སྟེས་  
 དང་སྦྱིད་ལམ་པའི་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་སྟེ། །དེ་གཉིས་ནི་མི་གསལ་ཞིང་  
 ཉམས་ཆུང་བས། སེམས་འགག་པ་དང་ཆོས་མཐུན་པས་སྟེ། །གཉིས་པ་ནི།  
 འཆི་བ་ན་ལུས་ཀྱི་སྒྲགས་གང་དུ་རྣམ་ཤེས་འགག་ཅེན། ཅིག་ཅར་འཆིན་  
 ལུས་དབང་འགག་པ་དང་། ཡིད་འཕོ་བ་ལྷན་ཅིག་དུ་འབྱུང་ལ། རིམ་གྱིས་  
 འཆིན་འོག་རན་སོང་དུ་འགོ་བ་དང་། མིར་འགོ་བ་དང་། ལྷར་འགོ་བ་  
 རྣམས། རིམ་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་པ་དང་ལྷེ་བ་དང་སྟོང་གར་ལུས་དབང་  
 འགག་པས་ཡིད་འཆི་འཕོའོ། །སྒྲར་མི་སྟེ་བ་དག་བཙམ་པའི་ཡིད་ཀྱང་  
 སྟོང་གར་འགག་ཅིང་གཞན་ནི་སྦྱི་པོར་རྩ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རྣམ་ཤེས་ལུལ་ལ་  
 མི་གནས་པས། ཇི་ལྷར་གནས་དེ་རྣམས་ལ་འཆི་འཕོ་ཞེན། གནས་དེ་  
 རྣམས་སུ་ལུས་དབང་འགག་པས་ཡིད་ཀྱི་རྟེན་མེད་ལ། །ཁམས་འོག་མ་  
 གཉིས་སུ་ཡིད་འཇུག་པ་བརྟེན་ལུས་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་  
 ནི་ལུས་ཀྱི་སྒྲགས་གང་ཉམས་ནས་འཆི་བ་ནི་གནད་ཡིན་ལ། དེ་གཙོད་པ་  
 ནི་རྒྱ་དང་སོགས་པས་མེད་དང་རྒྱུད་གི་ཁམས་འབྱུགས་པས་མཆོན་བརྟེན་  
 བས་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་ཉམས་སུ་སྦྱིང་བའོ། །སའི་ཁམས་ནི་གནད་གཙོད་  
 བྱེད་དུ་མ་བཤད་དེ། ལུས་ཀྱི་ནད་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་རྒྱུད་མཁྱེས་བད་ཀན་  
 གསུམ་དུ་ངེས་པས་སྟེ། །སའི་དངོས་གཞི་ལས། དག་བ་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་  
 མི་ལྷན་པ་ལ་ཆབས་ཆུང་ཞིང་ལྷ་དང་དཔུལ་བ་ལའང་གནད་གཙོད་པ་  
 མེད་པར་བཤད་ལ། བར་དོ་ལ་ཡང་མེད་པར་མངོན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདོད་  
 ལྷ་ལ་འཆི་ལྷས་ཀྱི་སྒྲག་བསུལ་འབྱུང་སྟེ། ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྒྲག་འབྱུར་བ་





དང་། ལྟན་ལ་མི་དགའ་མེ་ཏྲིག་སྤེང་ཉིང་དང་། གོས་ལ་བྲི་མ་ཆགས་ཤིང་  
 ལུས་ལས་ནི། རྩོན་ཆད་མེད་པའི་རྩལ་འབྱུང་ཞེས་བགྱི་བ། མཐོ་རིས་  
 འཆི་འཕོ་སྦྱོན་བྱེད་འཆི་ལྟས་ལ། ཞེས་དང་། གོས་དང་རྒྱན་ལས་སྦྱ་མི་  
 ལྟན་པ་འབྱུང་བ་དང་། འོད་ཚུང་བ་དང་། ལྟས་ཀྱི་ཚུ་ཐིགས་ལུས་ལ་  
 ཆགས་པ་དང་། གཡོ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སྒོ་ཡང་ཡུལ་གཅིག་ལ་  
 གནས་པ་དང་། མིག་འབྱེད་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་སྒྲིག་ཅིང་སྦྲ་མ་ལྟ་མི་  
 བསྒྲིག་པར་བཤད་དོ། ལྟ་པ་སེམས་ཅན་གྱི་ཚོགས་གསུམ་དུ་བསྟུ་བ་ནི།  
 མདོ་ལས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཚོགས་གསུམ་དུ་གསུངས་པ་ལ་སྟུག་པའི་ཆོས་  
 ལས་རིང་དུ་སོང་བའི་འཕགས་པ་དང་། མཚམས་མེད་པའི་ལས་བྱེད་པ་  
 རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་ཡང་དག་པ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་དང་། འོག་པ་  
 དན་སོང་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཚོགས་དག་སྟེ། ལྟག་མ་ནི་མ་ངེས་པའི་ཚོགས་  
 སོ། །གཉིས་པ་སྟོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ལ་གསུམ་སྟེ། རྟེན་སྟོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་  
 དང་། ཞར་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆད། དེ་དག་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་དོ། འདྲ་  
 སྟེ་ལ་བཞི་སྟེ། སྟོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ། གནས་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་  
 པ། སྟོང་གསུམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ངོས་བཟུང་བ། དེ་དག་འབྱུང་འཇིག་  
 མཉམ་པར་བསྟན་པའོ། འདྲ་སྟེ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟེན་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་  
 གསུམ་བཤད་པ། བརྟེན་པ་རི་མཚོ་བཤད་པའོ། འདྲ་སྟེ་ནི། དེ་ལ་ཞེས་པ་  
 ཚོགས་སྤྲད་དམ། འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྟོད་དུ་  
 ཟུར་ཅིང་འཇིག་པས་ན་འཇིག་རྟེན་ཏེ། དེ་ཉིད་འདི་ལྟར་གནས་པར་  
 འདོད་དོ། འོག་རྒྱུད་གི་དགྱིལ་འཁོར་ནི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ན་མ་མཁའ་  
 ལས་གྲུབ་ཅིང་། དེའི་རྒྱུ་སྤྲད་པས་ཆད་ས་ལ་གཅིག་དང་དུག་འབྱུམ་སྟེ།





རྒྱུ་ཁྲུང་ས་མེད་པ་ཚལ་པོ་ཆེའི་རྩོམ་གྲུང་གཞིག་མི་རྩལ་པས་སྤྲོ་བའོ། །  
 དེའི་སྤྱིང་ན་ཆུའི་དགྲིལ་འཁོར་ཏེ། དེའི་རྩམས་སྤྲད་པག་ཚད་འབུམ་སྤག་  
 བཅུ་གཅིག་དང་སྟོང་སྤག་ཉི་ཤུ་སྟེ། ས་སྤེར་འོག་གཞི་དང་། སྟོན་གནས་  
 པའི་རྒྱུང་གིས་ཆུ་དེ་རྩམས་སྤྲད་དང་ཐད་ཀར་མི་འཇག་པར་གསུངས་སོ། །  
 ཆུ་དེ་རྒྱུང་གིས་བསྐབས་པས་སྤྱིས་ནི་ཆུའི་རྩམས་སྤྲད་པག་ཚད་འབུམ་སྤག་  
 བཅུད་དོ། །ལྷག་མ་སྤྲུམ་འབུམ་སྤྲུམ་ཁྱི་དག་ནི། དེའི་སྤྱིང་དུ་འོ་མའི་སྤྱིས་  
 མ་ལྟར། གསེར་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་ཡུར་ཏེ་ཆུ་དང་གསེར་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་  
 གྱི་ཐད་ཀར་དཔག་ཚད་འབུམ་སྤག་བཅུ་གཉིས་དང་། སྟོང་སྤག་གསུམ་  
 དང་། བཅུ་སྤག་སྤྱིང་དང་ལྷ་རྩམས་ཁོ་ནར་མཉམ་སོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁོར་  
 ཡུག་དུ་ནི་ཐད་ཀའི་དཔག་ཚད་སྤྲུམ་འཁྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་སྤྱིང་བཞི་པ་  
 གཅིག་གིས་རྟེན་དུ་དུམ་བྱུར་ཆགས་པར་བཞེད་ལ། མངོན་པ་གོང་མ་བ་  
 ནི་དགྲིལ་འཁོར་གསུམ་ཀ་རྒྱ་མཉམ་པར་བཞེད་དོ། །ཡུམ་དུ། མཁའ་ལ་  
 རྒྱུང་བརྟེན་དེ་ལ་ཆུ་ཡི་སྤུང་པོ་བརྟེན། །དེ་ལས་ས་ཆེན་འདི་བརྟེན་ཞེས་  
 བཀའ་སྤྲུལ་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རི་དགུ་བཤད། མཆོ་  
 བཅུད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་གསེར་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་དེ་ལ་དབུས་སུ་ལྷན་པོ།  
 དེ་ལ་གཉའ་ཤིང་འཛིན་དང་། གཤོལ་མདའ་འཛིན་དང་། སེང་ལྷང་ཅན་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ། ལྷ་ན་སྤྲུག་རི་དང་། རྩ་རྩ་དང་། རྩམ་འདུད་དང་།  
 སྤྲུལ་འཛིན་རི་རྩམས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཏེ། དེ་ནས་དེའི་སྤྱི་ན་སྤྱིང་བཞི་  
 རྩམས་ཡིན་ནོ། །དེ་རྩམས་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་ན་འཁོར་ལོ་ལྷ་བྱའི་ཁོར་ཡུག་སྟེ།  
 གཉའ་ཤིང་འཛིན་སོགས་བདུན་ནི་གསེར་ཡིན་ཞིང་། དབྱིབས་གྲུ་བཞི་  
 བར་མའོ། །ཁོར་ཡུག་དེ་ལྷགས་ཏེ་དབྱིབས་རྒྱུ་པོའོ། །ལྷན་པོ་ནི། ཤར་





དབུལ་དང་། ལྷ་བེ་རྒྱུ་དང་། ལུབ་ཤེལ་དང་། བྱང་གསེར་ལས་གྲུབ་པས་  
 རིན་ཆེན་བཞིའི་རང་བཞིན་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་དེའི་རྩོས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་  
 དེའི་ཁ་དྲག་ཏུ་སྤང་བའོ། །རི་དེ་དགུ་ཆུའི་ནང་ཏུ་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་ཐུག་  
 པར་དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཁྲི་ལུབ་པར་མཉམ་མོ། །ཆུའི་སྤང་ཏུ་ཡང་ལྷན་པོ་  
 བྱི་དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཁྲི་འཕགས་སོ། །དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ཏུ། ལྷན་པོ་ཆུའི་  
 ནང་དང་སྤང་གཉིས་གར་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །  
 གཉའ་ཤིང་འཛིན་སོགས་རི་ཕྱི་མ་བརྒྱད་པོ་ཆུའི་སྤང་ཏུ་རྩམས་སྤྲུམ་སྤྲུམ་  
 ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཕྱིད་ཕྱིད་དབྱི་བ་སྟེ། བཞི་ཁྲི་ནས་སུམ་བརྒྱ་ཕྱིད་དང་བརྒྱ་  
 གསུམ་གྱི་བར་རོ། །རི་དགུ་པོ་དེ་རྣམས་རྩམས་སུ་འཕང་སྟེ་ཞེད་དང་  
 མཉམ་མོ། །གཉིས་པ་བྱི་མུ་ཁྲུང་འཛིན་ལ་ཐུག་པ་དེ་དག་གི་བར་གྱི་མཆོ་  
 བདུན་ནི་རྩོལ་མཆོ་ཡིན་ལ། མཆོ་དང་པོ་ནི་ཞེད་ཏུ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུའོ། །  
 དེ་ནི་ནང་གི་རྒྱ་མཆོ་ཡིན་ལ། དེའི་རྩོས་ཏེ་འགམ་ལ་སུམ་འབྱུར་ཡིན་པས་  
 ཉིས་འབྱུར་བཞི་ཁྲིའོ། །རྩོལ་མཆོ་གཞན་དུག་ནི་ཞེད་ཏུ་སྤྲུམ་ལས་ཕྱི་མ་  
 ཕྱིད་ཕྱིད་དབྱི་བ་སྟེ། བདུན་པའི་ཞེད་ཏུ་སྟོང་གཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱའོ། །དེ་  
 རྣམས། བསེལ་དང་ཞིམ་དང་འཇམ་དང་ཡང་། །དང་བ་དང་ནི་དྲི་མ་མེད།  
 འཐུང་ན་མགིན་དང་སྟོ་བ་ལ། །མི་གནོད་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྷན། །ཤི་  
 ཏ་ཞེས་པ་ཆོས་བྱས་པའི་རྩོལ་དང་འདྲ་བས་ན་རྩོལ་མཆོའོ། །གང་དག་ཆེ་  
 ཞིང་རྩོལ་པས་རྩོལ་མཆོ་ཞེས་སོགས་ནི་ལེགས་སྤྱད་དང་མི་མཐུན་ནོ། །དེ་  
 ལ་སྤྱད་གའ་པོ་ཉེར་དགའ་པོ། རྣམ་བཤང་བཟུང་། གཟི་ཅན། ཡུལ་  
 འཁོར་སྤང་། བྲག་པོ་ཆེན་པོ། ཞེ་ལའི་འདབ་རྣམས་གནས་ཏེ། བརྒྱ་ཕྱིན་  
 གྱི་དཔུང་རོ། །ལྷག་མ་མུ་ཁྲུང་འཛིན་དང་ཁོར་ཡུག་གི་བར་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ནི་





ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། བ་ཚཱི་ཚུས་གང་ལ་སྲོག་ཆགས་དང་རིན་པོ་  
 ཆེའི་རིགས་རྩ་མ་ཅན་ནོ། །དེའི་ཁ་ཞེང་རྩ་དཔག་ཚད་འབུམ་སྤྲག་གསུམ་  
 དང་སྟོང་སྤྲག་ཉི་ཤུ་གཉིས་སོ། །འོ་ན་རྒྱ་མཚོར་ཚུ་བོ་དང་ཆར་འབབ་པས་  
 ཚུ་བྱས་ལས་མི་འདའ་ཅི་ཞེན། །པལ་པོ་ཆེ་ལས། ལྷན་ཆར་པབ་པས་རྒྱ་  
 མཚོ་སྤྲིད་དེ་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་བ་ལས། ཚུ་དང་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་  
 མཚམས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་ཉི་མའི་སྟོང་པོས་ཚུ་རྣམས་འོ་མ་དང་ཞོར་བྱེད་ལ།  
 རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་དང་བྲལ་བ་ཞེས་པས་མར་གྱི་ཉིང་ཁྲར་བྱེད། རིན་པོ་ཆེ་  
 མའི་འོད་ཅིས་པས་མེར་འབར་བར་བྱེད། རིན་པོ་ཆེ་མ་ལུས་པ་མཐར་  
 ཐུག་པ་ཞེས་པས་ཅིའང་མི་སྤྲང་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །  
 མཇེངས་སྤྱན་རྩ་དཔུལ་བའི་ཚད་པས་སྟེམ་པ་དང་། གཞན་རྩ་གྲོང་མ་  
 ཁའི་མེས་སྟེམས་པ་དང་། གདགས་པར་དེའི་སེམས་ཅན་གྱིས་སྤྲད་ཅིང་  
 རྒྱང་དང་ཉིན་མཚན་གྱིས་ཟད་པ་དང་། ལན་ཚཱི་རོ་ལྷན་པ་དང་། དེའི་  
 སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་། ལན་ཚཱི་རོའི་ཁྲ་བ་སོགས་ཚུས་ཁྲིར་བ་  
 རུལ་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་གནས་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། མི་སོགས་ཀྱི་གནས། དཔུལ་བའི་གནས། ལྷའི་གནས་སོ། །དང་  
 པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྲིང་བཅུ་གཉིས་སྤྲིར་བཤད། འཛམ་སྤྲིང་བྱེ་བྲག་རྩ་  
 བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལ་རི་རབ་ཀྱི་ངོས་བཞིན་སྤྲིང་བཞི་སྟེ།  
 འཛམ་བུའི་སྤྲིང་གི་ངོས་གསུམ་ལ་དཔག་ཚད་སྟོང་སྤྲག་གཉིས་གཉིས་པ་...  
 ཤིང་རྩའི་དབྱིབས་ཅན་ངོས་གཅིག་ལ་དཔག་ཚད་བྱེད་དང་བཞི་སྟེ་ཁོར་...  
 དུག་ཕྱགས་སོ། །བྲམས་པ་བྱོན་པའི་རུས་སྟུ། དེ་ཆོ་འཛམ་བུའི་སྤྲིང་བཞི་  
 ཡང་། རྒྱ་ཞེང་ཐ་གྲུ་མཉམ་པར་ནི། །དཔག་ཚད་སྟོང་སྤྲག་བཅུ་པ་སྟེ། །





ཞེས་བྱམས་པ་ལུང་བསྟན་པའི་མདོར་གསུངས་སོ། །འདི་ནས་ཤར་གྱི་རི་  
 རབ་གྱི་ངོས་ན་ལུས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་བཟང་བའི་སྤིང་དབྱིབས་ཟླ་  
 གམ་འདྲ་བ་ངོས་གསུམ་སྤིང་འདི་དང་འདྲ་ཞིང་། ངོས་གཅིག་ལ་དཔག་  
 ཚད་སུམ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་པ་དེའང་སྤིང་འདི་བཞིན་ཁོར་ཡུག་སྟུགས་སོ། །  
 གདགས་པར་སྤྱི་ལག་ཏེ། ཟུ་དཔེ་འགྱུར་མ་དག་པའོ། །འདི་ནས་ལུབ་  
 གྱི་རི་རབ་གྱི་ངོས་ན་བ་ལང་སྟེན་ཞིང་ཚོང་བ་དང་སྟུང་པའི་སྤིང་ནི་.....  
 དབྱིབས་ཟླུམ་པོ་སྟེ་མཐའ་བསྐྱར་དུ་དཔག་ཚད་སྟོང་ཕྲག་ཕྱེད་དང་བརྒྱད་  
 དང་། དེའི་དབྱུས་ལ་སྟོང་ཕྲག་ཕྱེད་དང་གསུམ་མོ། །འདི་ནས་བྱང་གི་རི་  
 རབ་གྱི་ངོས་ན་སྤྲ་དན་པ་སྤྲ་བས་སམ། འཆི་ཁར་སྤྲ་མི་སྟན་པ་བྱང་སྟེ་འཆི་  
 བས་སྤྲ་མི་སྟན་ཏེ། མཐའ་བསྐྱར་དུ་དཔག་ཚད་བརྒྱད་སྟོང་པ་དབྱིབས་བྱ་  
 བཞི་པ་ངོས་རེ་རེ་ལ་ཉིས་སྟོང་པར་མཉམ་མོ། །སྤིང་གི་དབྱིབས་དང་དེ་ན་  
 གནས་པའི་གདོང་པ་འདྲའོ། །གདགས་པར། འཛམ་བུའི་སྤིང་ན་གསེར་  
 དབུལ་ལ་ཉོ་ཚོང་བྱེད་ཅིང་། ཤར་ན་རས་དང་བེའུ་རས་དང་། ལུབ་ན་བ་  
 ལང་དང་ནོར་བུ་ལ་སྟེ། བྱང་ན་མེད་དོ། །ཁ་ཟས་ནི་ཤར་ལུབ་གཉིས་འདི་  
 དང་འདྲ་ལ། བྱང་ན་མ་ཚོས་པའི་འབྲས་སྤྲ་ལུ་ཟའོ། །འདི་ན་ཆར་འབབ་  
 མཁས་མི་མཁས་དང་། ལོ་ལེགས་ཉེས་དང་བདེ་སྟུག་སྟུགས་ཡོད་པ་བཞིན་  
 ཤར་ལུབ་གཉིས་ན་འང་ཡོད་ལ། བག་མ་གཏོང་ལེན་དང་རྩེ་ཁོལ་སྟགས་  
 གྱང་འདི་དང་འདྲ་བ་ཡོད་ལ་བྱང་ན་མེད་དེ་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལས་.....  
 འདོད་ཡོན་འབྱུང་བས་གང་ལ་ཡང་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་.....  
 དང་། ལུ་ཚ་རྣམས་གྱང་སྟེས་མ་ཐག་ཏུ་མས་འདོར་ཞིང་རང་གི་མཐེ་བོང་  
 ལས་ལུ་ཞོ་འབྱུང་བར་བཤད་དོ། །དེ་ཡང་བྲན་པ་ཉེར་བཞག་ཏུ་སྟན་པོས་





དགེ་བ་བྱས་པ་སྒྲ་མི་སྟན་ཏུ་སྦྱེ་ཞེས་དང་། མདོ་མུང་འདས་སུ་གཞན་གྱིས་  
 བདེ་བ་མི་འདོད་བཞིན་ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟུང་ཏུ་བརྟག་པ་ཤར་ལུབ་གཉིས་  
 ལུ་སྦྱེ་བར་གསུངས་སོ། སྤྱིང་དེའི་བར་གྱི་སྤྱིང་བརྒྱད་ནི། ཤར་གྱི་ལུས་  
 དང་ལུས་འཕགས། བྱང་གི་སྒྲ་མི་སྟན་དང་སྒྲ་མི་སྟན་གྱི་ཟླ། ལྷའི་རྩ་ཡབ་  
 དང་རྩ་ཡབ་གཞན། ལུབ་གྱི་གཡོ་ལུན་དང་ལམ་མཚོག་འགོ་སྟེ། ཐམས་  
 ཅད་ན་མི་གནས་ཤིང་རྩ་ཡབ་ན་སྤྱིན་པོ་གནས་པ་དེའང་མིའི་བྱེ་བྲག་གོ། སྤྱིང་  
 ཞེས་པ་ཆུའི་ནང་ནས་སྐམ་སར་གནས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩ་བ་  
 གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་ཐུག་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་རྩོམ་ཆེའི་གདན་ནམ་མཉན་  
 ཡོད་འདི་ནས་ཞེས་པ་ནི་འགྲེལ་པ་དང་འགལ་ཞིང་། ལེགས་སྦྱར་དང་མི་  
 མཐུན་པས་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་འདི་ནས་བྱང་ཏུ་རི་ནག་པོ་གསུམ་གསུམ་སྟེ་...  
 དགྲུ་འདས་པའི་ཡ་རོལ་ན་གངས་རིའོ། །གངས་རི་དེའི་ཡ་རོལ་ནས་རི་  
 སྤོས་ངད་ལུན་པའི་ཚུ་རོལ་ན། མཚོ་མ་རྩོས་པ་ཞེས་པ་ཆུ་ཞིང་ཏུ་དཔག་  
 ཚད་ལྡ་བརྟུ་པ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལུན་གྱི་ཆུས་གང་བ། དེ་ལས་ཤར་ཏུ་ཚུ་བོ་  
 གསྐྱ་དང་། ལྷོར་སེན་རྩུ་དང་། ལུབ་ཏུ་པལྟ་དང་། བྱང་ཏུ་སི་ཏ་འབབ་པོ།  
 གདགས་པར་མཚོ་དེའི་དབུས་ན་སྤྱའི་རྒྱལ་པོ་མ་རྩོས་པའི་ཕོ་བྲང་རིན་པོ་...  
 ཆེ་ལས་ཐུབ་པ་ཡོད་ཅིང་། རྩུགས་བཞི་ནས་སྤྱང་པོ་ཆེ་དང་། མ་བྱ་དང་།  
 ཏ་དང་། སེང་གའི་ཁ་ནས་ཆུ་བོ་བཞི་འབབ་པར་བཤད་དོ། །མཚོ་དེའི་  
 ཏུང་ཏུ་འབྲས་བུ་མངར་པོ་ཡོད་པའི་ཤིང་རྩྭ་ཞེས་པ་ཡོད་དེ། ཤིང་དེས་  
 མཚོན་ནས་སྤྱིང་དེའི་མིང་བཏགས་སོ། །གདགས་པར་རི་སྤོས་ངད་ལུན་གྱི་  
 ལྷའི་དཔག་ཚད་བརྟུ་ན་མ་རྩོས་པ་དང་། རི་དེའི་བྱང་གི་དཔག་ཚད་ཉི་ཤུ་  
 ན་བྲག་གསེར་གྱི་བྱ་སྦྱིབས་བྲག་ཕན་བརྒྱད་ལྷོང་གིས་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་







ནས་བྱང་གི་དཔག་ཚད་ཉི་ཤུ་ན་ཤིང་རབ་བརྟན་དང་། དེ་ནས་བྱང་གི་  
 དཔག་ཚད་ཉི་ཤུ་ན་ཇིང་བྱ་མཚོ་མ་དྲོས་པ་དང་ཚད་མཉམ་པ་ཇིང་བྱ་.....  
 བརྟན་སྟོང་གིས་བསྐྱར་བ་ཡོད་ལ། སྤང་པོ་ཆེ་རབ་བརྟན་སྤང་གཡོག་  
 བརྟན་སྟོང་དང་བཅས་པ་དགུ་ཟླ་བཞི་བྲག་བྱ་སྦྱིབས། དཔྱིད་ཟླ་བཞི་  
 ཤིང་རབ་བརྟན་དུ་གནས་པར་བཤད་དོ། །ཡང་སྤིང་འདིའི་དབྱུག་ན།  
 བྱང་ལེམས་སྤིང་པ་ཐ་མ་པས་རྩོམ་ཆེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟེང་པར་མཛད་  
 པ་རྩོམ་ཆེའི་གདན་དང་། ཡུམ་གསུངས་པའི་གནས་བྱ་ཚོད་བྱང་པོའི་རི་  
 དང་། ཤར་ན་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་གནས་རི་ཆེ་ལྟ་དང་། ལྷོ་ན་སྦྱུང་རས་  
 གཟིགས་ཀྱི་གནས་རི་པོ་གྲུ་འཛིན་དང་། ལུབ་ན་མ་ལའ་འགྲོའི་གནས་ཙོ་  
 རྒྱན་དང་། བྱང་ནས་རིགས་ལྷན་གྱི་གནས་ཤམ་ལྟ་ལ་དང་། སྦྱོ་པོ་པལ་  
 པའི་ཡུལ་ཆེན་བརྟུ་དུག་དང་། ཡུལ་ཐུན་སྟོང་དང་མི་རིགས་དང་སྤང་  
 རིགས་དུ་མ་ཡོད་དོ། །ཡང་སྤིང་འདི་ནི་ཆོས་དར་ཞིང་ལས་ཀྱི་ས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་དམུལ་པའི་གནས་ལ་གཉིས་ཏེ། ཚད་མུལ་ཉེ་འཁོར་བ་དང་  
 བཅས་པ་དང་། སྤང་དམུལ་གྱི་གནས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དམུལ་བ་  
 རྣམས་སྦྱགས་གང་ན་ཡོད་ཚད་ངི་ཅམ་ཞེ་ན། རྩམ་ཆེ་སྤིང་འདིའི་འོག་  
 དཔག་ཚད་སྟོང་བྲག་ཉི་ཤུ་ན་མནར་མེད་པའི་གནས་ཡོད་ལ། གནས་དེའི་  
 རྩམས་དང་རྒྱར་ཡང་དེ་ཅམ་སྟེ་གྲུ་བཞིའོ། །སྦྱག་བསྐལ་བར་མ་ཆད་དུ་  
 ཡོད་པས་མནར་མེད་པའོ། །གཞན་ན་བར་ཆད་དང་བཅས་ཏེ། ཡང་སོས་  
 ན་རྒྱང་གང་མོ་ལངས་པས་སོས་པས་ན་ཡང་སོས་སོ། །དེའི་སྟེང་ན་ཆ་བའི་  
 དམུལ་བ་གཞན་བརྟན་གྱི་གནས་ཡོད་དེ། བརྟན་ཆར་ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་  
 འབར་བ་མེ་ལྷེས་བྱབ་པ་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་བས་ཀུན་ནས་བསྐྱར་བ་སྦྱགས་བཞི་





ནས་སྒྲིབ་པའི་དང་བཅས་པའོ། །ཡང་སོས་ཀྱི་ལས་ལས་བྱུང་བའི་མཚོན་ཆ་  
 ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་དགའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་པན་ཚུན་བསྐྱེད་པས་བརྒྱལ་ཏེ་ས་ལ་...  
 འགྲེལ་པ་ན་ནམ་མཁའ་ལས་ཁྱེད་རྣམས་ཡང་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲིབ་...  
 བྱུང་བ་ན། ཡང་སོས་ཏེ་སྤར་བཞིན་དུ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཐྱོད་ངོ་། །ཐིག་ནག་གི་  
 ལུས་ལ་དམུལ་སྤང་རྣམས་ཀྱིས་ཐིག་གཏལ་སྟེ་གཤམ་པ་དང་། བསྐྱེད་...  
 འཛོམས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་རི་རའི་གདོང་ལྟ་བུའམ་ལྷག་ཏུ་སྤང་པ་ཆེ་མེད་གི་...  
 ལྷག་གདོང་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བ་ཅིར་བས་སྒྲིབ་ཀུན་ནས་ཁྲག་འབབ་པ་...  
 དང་། ཡང་འདུས་པ་ན་ལྷགས་ཀྱི་འབྲུལ་འཁོར་ཆེན་པོས་བྱར་ཤིང་འཚོར་  
 བ་བཞིན་དང་། ཡང་འདུས་པ་ན་ལྷགས་ཀྱི་ཕ་བོད་གི་ཆར་པས་ས་གཞི་ལ་  
 འར་འཛིན་དུ་བརྒྱུད་པ་ན་ཁྲག་འབབ་པའོ། །དུ་འབོད་ཀྱིས་གནས་  
 འཚོལ་བ་ན་ལྷགས་ཀྱི་ཁང་པར་ཞུགས་པས་དེར་མེ་འབར་ཞིང་ཆེས་ཆེར་...  
 བསྐྱེད་པས་དུ་ཞིང་སྐྱུག་སྤང་འབྱེད་པའོ། །དུ་འབོད་ཆེན་པོ་དེ་དང་  
 འདྲ་བ་ལས་ཁང་པ་སྐྱུལ་སྐྱུགས་སུ་འདུག་པའོ། །ཆ་བ་ནི་ལྷགས་ཀྱི་ཕྱ་བ་  
 དཔག་ཚད་དུ་མ་ཡོད་པའི་ནད་དུ་ཉ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། ལྷགས་  
 ཀྱི་གསལ་ཤིང་འབར་བས་འཕྲོངས་ནས་སྐྱུག་པ་སྐྱུ་བོར་སྤྱང་ཞིང་ལུས་ཀྱི་...  
 བྱ་ག་དང་། བ་སྤྱིའི་ཁྱེད་བྱ་ཀུན་ནས་མེ་འབར་བ་དང་ལྷགས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 ས་གཞི་ལ་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་འབར་བས་བརྒྱུད་པའོ། །རབ་དུ་ཆ་བ་ནི་  
 གསལ་ཤིང་ཆེ་གསུམ་པས་འཕྲོངས་ནས་སྐྱུག་པ་སྐྱུག་པ་གཉིས་དང་སྐྱུ་བོར་  
 སྤྱང་ཞིང་བྱ་ག་ཀུན་ནས་མེ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་འབར་བ་དང་། ལྷགས་ལེབ་འབར་  
 བས་ལུས་ལ་ཀུན་དུ་འབྱིབ་པའོ། །མནར་མེད་ན་སྐྱུགས་བཞིན་ནས་མེ་འབར་  
 བས་མར་མེའི་སྤྱང་བྱ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ན་མེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱང་པོར་སྤྱང་ཞིང་།





ལྷག་སྐད་ཅམ་ལས་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཅམ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་  
 ཞིབ་མ་མེ་འདག་ལ་འབྱིལ་པ་དང་། ལྷགས་ཀྱི་རི་ཆེན་པོ་ལ་འབབ་འཛིག་  
 བྱེད་དུ་འཇུག་པ་དང་། ཟླ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་སྤར་པ་འདེབས་པ་དང་། ཁ་ནས་  
 ཟངས་ཁྱུན་འཁོལ་མ་ལྷག་པ་སོགས་ཀྱི་ལྷག་བསྐལ་མྱོང་བར་བྱེད་དོ། ཁ་  
 སྤར་གངས་རིའི་འོག་དབག་ཆད་སྤུམ་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་ན་ཡང་སོས་དང་།  
 དེའི་འོག་བཞི་སྟོང་བཞི་སྟོང་ན་གཞན་བདུན་ཡོད་པར་བཤད་དོ། ཁ་  
 དམུལ་བརྒྱད་པོ་ཀྱུན་ཏེ་རེ་རེ་ལ་འང་དེ་ལས་ཐར་ཡང་ལྷག་བསྐལ་མྱོང་མོད་་་་་་  
 བའི་གནས་ལྷག་པ་སྟེ་ཉེ་འཁོར་བཞི་བཞི་སྟེ་བཅུ་དྲུག་ཡོད་དོ། དེ་གང་ཞེ་  
 བ། བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གི་ནི་ངོས་བཞི་ན་མེ་མ་ལུར་སྤུས་རྩལ་ཅམ་ལ་ཀལ་བ་  
 བ། ཀར་པ་འདེགས་འཛིག་གིས་ཤ་སྟེ་འཛིག་བྱེད་པ་དང་། རོ་ལྷགས་  
 འདམ་བྱིལ་མྱེ་སའི་འདམ་དྲི་ང་བ་ན་སྟོན་འབྲུ་མཆུ་རྣོན་གྱིས་རུས་པའི་་་་་་  
 བར་དུ་འབེགས་པ་དང་། ལྷ་གྱིས་གཏམས་པའི་ལམ་དང་སོགས་པས་རལ་  
 གྱི་ལོ་མའི་ནགས་དང་། ལྷགས་ཀྱི་ཤལ་མ་རི་སྟེ་གསུམ་མཆོན་ཆར་འདྲ་  
 བས་གཅིག་དུ་བྱ་ལ། དེ་དེའི་དང་པོར་སྤར་བཞིན་ཀར་པའི་ཤ་སྟེ་འཛིག་  
 བྱེད་པ་དང་། གཉིས་པར་དེའི་གིབ་མ་ལ་འཁོད་པ་ན་རལ་གྱི་ལྷང་བས་  
 གཙང་ཅིང་འབྲེལ་ཏེ་བྱི་སྟེ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཤུལ་བ་དང་། གསུམ་པར་  
 ཆོར་མ་རྣོན་པོ་སོར་བཅུ་དྲུག་པ་ཡན་མན་དུ་ཁ་བལྟས་པས་འཛིགས་པ་་་་་་  
 དང་འབབ་པ་ན་འབེགས་ཤིང་། བྱ་ཁ་ཏ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཅན་གྱིས་མིག་  
 འབྱེན་པ་དང་། ཆུ་པོ་རབ་མེད་འགྲུར་བྱེད་ཀྱི་ཆུ་ཁོལ་མས་གང་བ་ལ་  
 ལྷངས་ཏེ་ངོས་གཉིས་ནས་སྟེས་དུ་མཆོན་ཆ་སྤྲ་ཆོགས་ཐོགས་པས་བསྐྱངས་་་  
 ཤིང་འཆོད་པའོ། ཁོ་ན་དམུལ་སྤྱང་སེམས་ཅན་ཡིན་ནམ་མིན་ཞེ་བ། བྱེ་





བག་ཏུ་སྤྲོ་བས་སེམས་ཅན་ཏུ་སྤྲོ་ལ། མདོ་སྡེ་པས་ལས་ཀྱི་མཐུ་ལས་བྱང་  
 བའི་འབྱུང་བའི་བྱང་པར་དུ་འདོད་དོ། བྲིག་ཆེན་པ་རྣམས་སྡིག་པའི་  
 བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྤྲང་བར་འཆད་དོ། གཉིས་པ་ནི།  
 རྒྱ་བྱར་ཅན་སོགས་གང་དམུལ་བརྒྱུད་ནི་ཆ་དམུལ་ལས་གཞན་པའི་གནས་  
 ཏེ། ཆ་དམུལ་རྣམས་ཀྱི་ཐད་ཀ་ན་ཡོད་དོ། ལ་སྡེར་ནི། ཡང་སོས་ཀྱི་ཐད་  
 དཔག་ཆད་བཞི་ཁྲིའི་པ་རོལ་ན་དང་པོ་དང་། དེའི་འོག་ཉིས་སྤྲང་ཉིས་  
 སྤྲང་ན་གཞན་བདུན་ཡོད་པར་བཤད་དོ། བརྒྱུད་ཆར་ཉི་ལྔའི་སྤྲང་བ་  
 མེད་པའི་འབྲུགས་པའི་སྤྲབས་ན་གང་བས་ཉེན་ནས་རྒྱ་བྱར་བྱུང་བ་དང་།  
 རྒྱ་བྱར་དེ་ངོལ་ཏེ་འབྲུམས་པ་དང་། གང་ནས་སོ་ཐམ་ཐམ་པ་དང་། ཨ་རྒྱ་  
 ཟེར་བ་དང་། ཀྱི་རུད་ཟེར་བ་དང་། ཨ་རྒྱལ་ལྟར་གས་པ་ནི་པགས་པ་སྤྲོན་  
 པོ་ལ་ལྷ་རྩལ་ཅན་ཏུ་གས་པ་དང་། པསྤྲོ་ལྟར་གས་པ་པགས་པ་དམར་པོ་ལ་  
 བརྩུ་ལ་སོགས་པར་གས་པ་དང་། པསྤྲོ་ལྟར་ཆེར་གས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་  
 དམར་བ་ལ་བརྒྱལ་སོགས་པར་གས་པའོ། ཞེས་སོ། ཉེ་ཆོ་བའི་དམུལ་  
 བའི་གནས་ནི་རི་དང་རྒྱ་སོགས་ངེས་མེད་ན་ཡོད་དོ། ཡི་དྲུགས་ཀྱི་གནས་  
 ཀྱི་ཅ་བ་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་འཇམ་བུའི་སྤྲིང་གི་འོག་དཔག་ཆད་ལྷ་བརྒྱན་ནི།  
 གཞན་ནི་དེ་ལས་འཕྲོས་པའོ། དེའི་རིགས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ཏུ་སོ་རྩལ་  
 གསུངས་ཤིང་། ལ་སྡེར་གསུམ་དུ་བཤད་དེ། ཟས་སྒྲིམ་ལ་ཕྱིའི་སྤྲིབ་པ་ཅན་  
 བཀའ་སྒྲིམ་གྱིས་ཉེན་ཏེ་རྒྱ་མིག་སོགས་སུ་རྒྱག་པ་ན་མཚོན་ཐོགས་པས་.....  
 བསྐྱུང་བ་དང་རྒྱ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་ཏུ་སྤྲང་བའོ། རྒྱང་གི་སྤྲིབ་པ་ཅན་ནི་  
 བཤེས་སྤྲིང་ལས། ལ་ཅིག་ལ་ནི་ལབ་ཀྱི་མིག་ཅན་ལ། ལྟོ་བ་རི་ཡི་གཏོས་  
 ཅན་བཀའ་པས་ཉེན། མི་གཙང་གི་ནར་པོར་བ་རུང་བྱང་བྱང་། འཆལ་





བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་མ་ལགས་སོ། ཁྱིམ་པ་ལྟར་རོ། ཟས་སྒྲིམ་ཉིད་ལ་  
 སྒྲིབ་པ་ཅན་ནི་མེ་ལྷེད་ལྷེད་བ་ཅན་ཟོས་པ་དང་འཐུངས་པ་ཀྱན་གྱིས་.....  
 འཆིག་པའོ། འདྲ་འགྲེལ་གནས་ཀྱི་ཙ་བ་རྒྱ་མཆོ་སྟེ། ཁ་འཐོར་འདྲ་ལྷ་  
 དང་མི་དང་ལྷན་ཅིག་ལོ། དེ་ཡང་བྱེད་ས་ན་གནས་པ་རྒྱམས་ཆེ་བས་རྒྱུད་  
 བ་བ། དེས་ཆེ་བའི་ལྷས་སྤྱག་སྟེ་བ་བ་དང་། ལྷ་རྒྱམས་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་བྱེ་  
 ཆོན་གྱིས་རུས་པ་ལ་སྤྱག་པར་སྟེག་པ་དང་། མ་ཁལ་ལྷིང་གིས་བ་བ་སྟེ་  
 གསུམ་ལ་སྤྱབས་སྤྱ་འགྲོ་བས་དེ་དག་བསྒྲིག་པར་བཤད་དོ། ཁ་འཐོར་བ་  
 རྒྱམས་གསོད་པ་དང་བཀོལ་གཅོད་སོགས་གྱིས་མནར་རོ། རྒྱུས་པར་  
 གཞན་དུ་བལྟས་ལ་འཁོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དོ། གསུམ་པ་ལྷའི་  
 གནས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། ཞར་ལ་དེའི་སེམས་ཅན་གྱི་  
 བྱད་པར་རོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། མ་འབྲེལ་  
 བའོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞི་པ་དང་། ལྷ་མ་རུ་ཙ་  
 གསུམ་པའི་གནས་སོ། འདྲ་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། གཞལ་མེད་ཁང་པ་དང་། རི་  
 ལ་བརྟེན་པའོ། འདྲ་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། ཉི་ལྷའི་ཐག་ཆད། བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ། དེ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་དུས་ཆོགས་ཀྱི་བྱད་པར། ལྷ་བ་འབྲེལ་འགྲིབ་ཀྱི་རྒྱ་མཆོན་ནོ།  
 དང་པོ་ནི། ཉི་ལྷ་དག་འདི་ནས་ཐག་རི་སྟེད་ན་ཡོད་ཅེ་ན། ཉི་ལྷ་ནི་ལྷན་  
 པོའི་སྟེང་གཉའ་ཤིང་འཛིན་གྱི་ཙེ་དང་མཉམ་པ་ནའོ། ཆོད་རི་ཅམ་ཞེ་ན།  
 ཐད་ཀར་ལྷ་བ་དཔག་ཆོད་ལྷ་བརུ་དང་། ཉི་མ་དཔག་ཆོད་ལྷ་བརུ་གཅིག་  
 དང་བཅས་པའོ། འོག་རྒྱ་ཤེལ་དང་མེ་ཤེལ་གྱི་ངོ་པོ། གཉིས་ཀའང་རྒྱམས་  
 ལྷ་བྱེད་དང་རྒྱག་དང་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆ་ཡོད་པར་གདགས་པ་ལས་བཤད་....  
 དོ། སྐར་མ་ཆེ་བ་ལ་རྒྱུད་གྲགས་བཅོ་བརྒྱད་དང་འབྲིང་ལ་བརུ་གཉིས།





རྒྱུད་པ་ལ་བཞི་ཞེས་ས་སྒྲེར་བཤད་ལ། འདིར་རྒྱུད་པ་ལ་རྒྱུད་གསལ་  
 གཅིག་རྒྱུ་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་འོན་  
 དང་། ཆོག་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། འཛམ་གུང་གི་སྤྱི་བྱ་དབྱར་ཉི་རིང་  
 པའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཆོ་ཉིན་ཡུད་ཙམ་བཙུག་དང་། མཆོན་ཡུད་ཙམ་  
 བཙུག་གཉིས་ཡོད་དོ། །དེའི་ཆོ་བྱང་སྤྱི་མི་སྒྲུབ་རྒྱུ་དགུ་ཉི་ཐུང་བ་མཐར་  
 ཐུག་པས་ཉིན་ཡུད་ཙམ་བཙུག་གཉིས། མཆོན་ཡུད་ཙམ་བཙུག་དོ། །  
 རུས་དེའི་ཆོ་ཤར་རྒྱུ་སྒྲུབ་གྱི་དང་། རུབ་རྒྱུ་དབྱིད་ཀྱི་ཉིན་མཆོན་མཉམ་  
 པའི་རུས་ཡིན་པས། ཉིན་མཆོན་གཉིས་ཡུད་ཙམ་བཙུག་ཡོད་དོ། །དེའི་ཆོ་  
 སྤྱི་མི་སྒྲུབ་གྱི་ཕྱི་རྒྱུ་ཡུད་ཙམ་རྒྱལ། །ལུས་འཕགས་པོའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཡུད་ཙམ་རྒྱལ་  
 ཉི་གཉིས་ཀ་ཉི་མའི་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱང་གི་ཉི་མ་ཐུང་པ་  
 དང་ཤར་རྒྱུ་ཉི་མ་ཤར་བ་གཉིས་རུས་གཅིག། བྱང་རྒྱུ་ཉི་མ་རུབ་པ་དང་  
 ཤར་གྱི་ཉི་མ་ཐུང་པ་རུས་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཤར་གྱི་ཕྱི་རྒྱུ་དང་གླིང་འདིའི་  
 སྤྱི་རྒྱུ་གཉིས་ལ་ཡུད་ཙམ་དགུ་དགུ་ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་ཀྱང་ཉི་མའི་བཤོད་  
 པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཤར་རྒྱུ་ཉི་མ་ཐུང་པ་དང་སྤྱི་རྒྱུ་ཉི་མ་ཤར་བ་རུས་  
 གཅིག། ཤར་གྱི་ཉི་མ་རུབ་པ་དང་སྤྱི་རྒྱུ་ཉི་མ་ཐུང་པ་རུས་གཅིག་པའི་ཕྱིར།  
 གླིང་འདིའི་ཕྱི་རྒྱུ་དང་བ་སྤྱང་སྤྱི་རྒྱུ་སྤྱི་རྒྱུ་གཉིས་ལ་ཡུད་ཙམ་དགུ་དགུ་  
 ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་ཉི་མའི་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། བ་སྤྱང་སྤྱི་རྒྱུ་  
 རྒྱུ་དང་སྤྱི་མི་སྒྲུབ་གྱི་སྤྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱང་ཡུད་ཙམ་རྒྱལ་རྒྱལ་ཡོད་དེ། དེ་  
 གཉིས་ཀྱང་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཉིས་ཀའི་རྒྱ་མཆོན་སྤྱི་མ་  
 བཞིན་ནོ། །འོ་ན་ཤར་རུབ་གཉིས་སྤྱི་རྒྱུ་དང་ཕྱི་རྒྱུ་གཉིས་ཡུན་མི་མཉམ་  
 པས་ཉི་མ་ཐུང་རྒྱུ་གང་གིས་འཛོག་ཅེ་ན། རིང་ཐུང་མཉམ་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཉི་





མ་ཐེང་རུ་མི་བྱའོ་སྤྱིང་གི་དགྲིལ་རུ་ཉི་མ་ཐེན་པ་ན་ཉི་མ་ཐེང་རུ་འཇིག་.....  
 རྟེན་ན་བརྟེན་དོ། །དགུན་གྱི་རུས་སུ་ཉི་མ་བཤོད་མཐོགས་པས་ལུས་  
 འཕགས་པོའི་སྤྱོད་ཡུན་སྤྱང་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་གི་དགུན་ཉི་མུར་བ་དང་  
 བཤོད་པ་གཅིག་པའི་ཐུར། ལུས་འཕགས་པོའི་སྤྱོད་ཡུན་རིང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 སྤྱིང་འདྲིའི་དབྱར་ཉིའི་བཤོད་པ་བུལ་བའི་སྤྱོད་དང་བཤོད་པ་གཅིག་པའི་  
 ཐུར། ཡང་དགུན་ཉི་མཐོགས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིང་གི་མཐའ་བཤོད་པས། རང་  
 གི་རྟེན་རྒྱང་ལས་ལྷག་པ། ལྷགས་རིའི་རྒྱང་དྲག་པོ་བསྐྱན་པའི་ཐུར།  
 དབྱར་ཉི་བུལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིང་གི་དབུས་སུ་རྒྱ་བས་རང་རྟེན་རྒྱང་ལས་  
 ལྷག་པ་མེད་པའི་ཐུར། རུས་བཞི་ཀར་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་གཉིས་ཡུན་རིང་  
 སྤྱང་མཉམ་དགོས་ན། བམ་ཐེང་ཉི་མ་རུབ་པ་དང་། ཉི་མ་ཐེང་དང་  
 འཆར་རུས་གཅིག །ཞེས་པ་ནམ་ཡང་འགྲིག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞག་རེ་  
 བཞིན་ཉིན་མཆོན་གཉིས་ཐང་གཅིག་རེ་སྟེ་འབྲི་བྱེད་ཚུལ་ཡང་སྤར་བ་ཤད་  
 པ་ལས་དཔགས་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བར་  
 སྤྱང་ལ་འདེགས་པ་དང་། སྦྱར་བའི་རྒྱང་གི་སྦྱབས་ཀྱིས་འཁོར་བས་བྱང་  
 རུ་བམ་ཐེང་པ་དང་ཤར་རུ་ཉི་མ་རུབ་པ་དང་། སྦྱར་ཉི་མ་ཐེང་པ་དང་།  
 རུབ་རུ་ཉི་མ་འཆར་བ་རྣམས་རུས་གཅིག་གོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 རུས་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ནི། འདྲིར་འདྲོད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། རྒྱལ་  
 སྤྱས་དང་མཐུན་པར་བོད་སྤུ་མ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལ་སྦྱོན་ཐ་.....  
 རུང་རུ་གྲགས་པའི་ཉ་ལ་སྤར་མ་སྤོན་དུག་འབྱུང་བའི་ཐུ་ཉིན། ཆོས་བརྩ་  
 དུག་ནས་ལོ་མགོ་འཛིན། དེའི་མར་ངོ་དང་དགུན་ཟླ་ར་བའི་ཡར་ངོ་  
 གཉིས་བསྐྱེམ་པ་དགུན་ཟླ་བ་དང་པོ་ཡིན་ཞིང་། མགོའི་ཟླ་བ་ཡང་ཡིན་





བས་དེ་དང་ཀྱལ་དང་མཆུ་དང་དཔོ་ཡིས་ཉ་བའི་བར་བཞི་པོ་ནི་དགུན་.....  
 དང་། དེའི་བཅུ་དྲུག་ནས་བཟུང་ནས་ནག་པ་དང་ས་ག་དང་། སྟོན་དང་།  
 རྩེ་དྲུག་གིས་ཉའི་བར་བཞི་ནི་དབྱིད་དོ། །དེའི་ཆོས་བཅུ་དྲུག་ནས་གོ་ཞུན་  
 དང་། ལྷུ་མས་དང་། སྐྱུ་སྐྱུ་དང་། སྟོན་དྲུག་གིས་ཉའི་བར་བཞི་ནི་དབྱར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་མར་ངོ་སྟོན་དུ་སང་བའི་དབྱར་ཟླ་གཉིས་པ་ནི་དབྱར་ཟླ་ས་  
 རྩེ་གི་མར་ངོ་དང་། སྟོན་ཟླ་ར་བའི་ཡར་ངོ་བསྟོམས་པའི་ཟླ་བ་དེའི་ཆོས་  
 བཅོ་ལྔ་ལ་སྐྱར་མ་ལྷུ་མས་འབྱུང་བ་དེ་ལ་བཞེད་ཅིང་། དབྱར་ཉའི་སྟོན་  
 མཆོམས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལ་འདོད་དོ། །རང་འགྲེལ་དང་། སྟོན་དཔོན་སྟུགས་  
 སྟུང་དང་། གདགས་པ་ནས་བཤད་པ་རྣམས་མཐུན་པར། འཇིག་རྟེན་  
 བས་སྟོན་ཟླ་འབྲིང་པོ་ཞེས་སྟོན་བྱེད་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྔ་ལ་སྐྱར་མ་སྐྱར་  
 འབྱུང་བས་ལོ་རྒྱུགས་པར་བྱས་ནས་དེའི་ཆོས་བཅུ་དྲུག་ནས་སྟོན་ཟླ་ས་.....  
 རྩེ་གི་ཉའི་བར་གྱི་ཟླ་བ་དེ་ནི་དགུན་ཟླ་དང་པོ་ཡིན་ཅིང་། འདིའི་ཆོས་  
 བཅོ་ལྔ་ལ་སྐྱར་མ་སྟོན་དྲུག་འབྱུང་བས་སྟོན་དྲུག་གི་ཟླ་བ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་  
 དོ། །ལོ་མགོ་འཛིན་པའི་ཟླ་བ་འདི་འཇིག་རྟེན་པ་དག་གིས་དབྱག་པ་ཟླ་བ་  
 ཞེས་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ལས་སྟོན་དྲུག་ཟླ་བ་ཞེས་སྟོན་འདོགས་  
 རྩེ་ལ་མི་འདུ་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་ཡར་ངོ་སྟོན་འགོ་དང་མར་ངོ་སྟོན་འགོའི་  
 ཟུང་པར་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་རང་འགྲེལ་དང་སྟོན་དཔོན་སྟུགས་སྟུང་གིས་  
 མཛད་པའི་འགྲེལ་པ་གཉིས་ཀ་ནས་དགུན་ཟླ་བཞི་པ། དགུན་ཟླ་ས་རྩེ་  
 དང་། དབྱར་གྱི་ཟླ་བ་གཉིས་པའང་དབྱར་ཟླ་ས་རྩེ་དང་། དེའི་ས་མའི་  
 ཆོས་དགུ་ཡར་ངོའི་ཆོས་དགུ་ལ་བཤད་པས་འདི་ཆོས་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཆོག་གི་དོན་ནི། དེ་ཡང་ཉི་མ་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་ཉི་མ་རིང་







སྤང་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དབྱར་གྱི་ཟླ་བ་གཉིས་པ་དབྱར་ཟླ་ཐ་ཆུང་གི་ཐ་མ་ཡར་  
 འོ་འོ་ཆོས་དགུ་ནས་མཆོན་མོ་རིང་ཏུ་འགྱུར་ལ། དགུན་རྣམས་ཀྱི་ཟླ་བ་  
 བཞི་པ། དགུན་ཟླ་ཐ་ཆུང་གི་ཡར་འོ་འོ་ཆོས་དགུ་ལ་མཆོན་མོ་སྤང་ཏུ་  
 འགྱུར་རོ། ཉིན་མོ་དེ་ལས་ཕྱག་སྟེ་རིང་བར་འགྱུར་རོ། ཐ་མ་ཞེས་པ་ནི་  
 མར་ངོ་སྤང་བས། ཡར་ངོ་ལ་ཐ་མ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། སྤོན་ཆད་གཞན་གྱིས་  
 འབད་ཀྱང་མ་རྟོགས་པའི། གཞུང་ལུགས་དྲི་མེད་ལེགས་བཤད་འདབ་  
 བརྒྱ་པ། ཁྲོ་ཤོས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། དགོངས་དོན་གེ་  
 སར་སྟེང་པོ་གསལ་བར་བྱས། ཁྲི་ཙམ་གྱིས་རིང་ཏུ་འགྱུར་ཞེ་ན། ཉིན་  
 མོ་འམ་མཆོན་མོ་རིང་བར་འགྱུར་བ་ནི། ཐང་གཅིག་རེ་རེས་སོ། དེས་ན་  
 མཉམ་པ་ན་ཡུད་ཙམ་བཙོ་ལྷ་དང་། སྤང་བ་ན་བརྒྱ་གཉིས་དང་། རིང་བ་  
 ན་བཙོ་བརྒྱད་ཏུ་འགྱུར་རོ། དགུན་གྱི་དུས་སྟུགས་ཞིང་། དབྱར་དྲོ་བ་ཅི་  
 ཞེ་ན། ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་སྤིང་ལས་འགྱུར་སྟེ་རྒྱ་མཆོར་བབས་  
 པའི་ཆོ་སྤིང་གང་ལ། ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་སྤིང་ཏུ་བབས་པའི་ཆོ་  
 སྤིང་དྲོ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་དགུན་ཉི་ལོག་མ་ཐག་ནས་སྤིང་  
 ལ་ཐག་ཉེར་སོང་བས་དྲོ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ་བ་ལས། གང་བར་མངོན་  
 ལུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འཐད་པར་མ་མངོན་ཞིང་། རང་ལུགས་ནི་སྟེ་  
 རྣམས་ས་འོག་ཏུ་སོང་བ་ན་དྲོད་ས་འོག་ཏུ་འདུས་ཤིང་། སྟེ་རྣམས་སྟེང་ཏུ་  
 ཐོན་པ་ན། དྲོད་ཀྱང་སྟེང་ཏུ་འོང་བ་ཡིན་ལ་སྟུའི་མཐུས། ཅི་ཤིང་ནགས་  
 ཆོལ་རྒྱས་པའི་དོན་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། བཞི་པ་ཟླ་བ་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་རྒྱ་  
 མཆོན་ནི། ཟླ་བ་མར་ངོ་ལ་མ་རངས་པར་སྤང་བ་ཅི་ཞེ་ན། གདགས་པ་  
 ལས་མར་ངོ་ལ་ཉི་མ་དང་ངེ་ཉེར་གྱུར་པ་ལས་ཟླ་བ་རང་གི་གྲིབ་མ་བབས་





བས་རིམ་གྱིས་མ་རངས་པར་སྤང་ལ་གནམ་སྟང་གི་ཆེ་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བས་རང་  
 གི་གྲིབ་མས་རིལ་པོ་བསྐྱེབས་པས་མི་མཐོང་ལ། ཡར་ངོ་ལ་ཉེ་མ་དང་ངེ་  
 རིང་དུ་གྱུར་པས། གྲིབ་མ་ངེ་རྒྱུ་དུ་གྱུར་ནས། ཉའི་ཆེ་ཤིན་ཏུ་རིང་བས་  
 སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་དྲི་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། རངས་པ་མཐོང་བར་བཤད་དོ། སྟོན་  
 མེ་ལ་རིང་བ་དང་ཉེ་བའི་ཀ་བ་བཞིན་ནོ། །ཟླ་བའི་ནང་གི་ནག་པོ་རབ་  
 རིབ་ནི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་ཉ་དང་རུས་སྤུལ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་པར་ས་  
 རྩེ་ལས་བཤད་དོ། །གདགས་པ་ལས་སྤིང་གི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བས་  
 དབུས་བརྟན་གས་ཤིང་། རྒྱ་མཚོ་སྤང་བས་མཐའ་དྲངས་པར་བཤད་དོ། །  
 བརྒྱ་ཕྱིན་གྱིས་རི་བོང་གི་གཟུགས་གྲིས་པའོ་ཞེས་སྐྱེས་རབས་ལས་བཤད། །  
 གཉིས་པ་རི་ལ་བརྟེན་པ་ནི། རི་རབ་འདི་ལ་རྒྱ་མཚོ་མས་ནས་ཅེག་པའི་  
 བང་རིམ་བཞི་ཡོད་དེ། དེ་བཞིའི་བར་གྱི་ཆད་ནི་དཔག་ཆད་སྟང་སྟག་  
 བརྒྱ་ཡོད་པས། རི་རབ་ཀྱི་ཕྱེད་མན་ཆད་དུ་ཕྱིན་ཏེ། བང་རིམ་དང་པོ་  
 སྟང་སྟག་བརྒྱ་དུག་དང་། གཉིས་པ་བརྒྱད་དང་། གསུམ་པ་བཞི་དང་།  
 བཞི་པ་གཉིས་རི་རབ་ལས་འཕགས་སོ། །དེ་བཞི་ལ་རིམ་པ་བཞིན། གཞོད་  
 སྐྱོན་ལག་ན་གཞོང་ཐོགས་དང་། སྤང་ཐོགས་དང་། རྟག་ཏུ་ཕྱོས་པ་དང་།  
 བཞི་པ་ལ་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་པོ་རང་ཉིད་དང་དེའི་འཁོར་གྱི་ལྷ་རྣམས་གནས་  
 ཏེ། གསེར་གྱི་རི་བདུན་པོ་དག་ལ་ཡང་དེ་རྣམས་ཀྱི་གྲོང་དང་གྲོང་བརྒལ་  
 གནས་སོ། །ཁོར་ལུག་ལའང་ལག་ན་དོ་རྩེ་གོས་སྟོན་ཅན་ཞེས་པ་རྒྱལ་ཆེན་  
 བཞིའི་རིགས་ཀྱི་ལྷ་གནས་པར་ལུང་སྤུང་ཆོགས་ནས་བཤད་ཅིང་། གཞན་  
 ཡང་ཉེ་ཟླ་སྐར་མ་རྒྱ་སྤང་རི་སྟོན་ཤིང་ནགས་ཆལ་ས་སྤྲན་མ་མཁའ་རྒྱ་མཚོ་  
 རྣམས་ལའང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་གནས་ཏེ། འགྲེལ་པར། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་





ལྷའི་རིས་ཐམས་ཅད་པས་ཆེ་བའི་ཞེས་སོ། །རྒྱལ་ཆེན་བཞི་ནི་གཉའ་ཤིང་  
 འཛིན་གྱི་ངོས་ན་སྟེ། ཤར་ན་ཡུལ་འཁོར་བསྐྱེད་གི་ཕོ་བྲང་ཡུལ་འཁོར་  
 བསྐྱེད་དང་། ལྷོ་ན་འཕགས་སྐྱེས་པོའི་ཕོ་བྲང་འཕགས་པར་སྐྱེས་དང་།  
 རུབ་ན་མིག་བཟང་གི་ཕོ་བྲང་སྤྲ་ཚོགས་གཟུགས་དང་། །བྱང་ན་རྣམ་སྤྱོད་  
 གྱི་ཕོ་བྲང་ལྷང་ལོ་ཅན་ཡོད་ལ། ལྷང་ལོ་ཅན་གྱི་གསང་བདག་ལག་ན་དོ་རྩེ་  
 བཞུགས་སར་བཀའ་སྤྱལ་ཏོ། །གཉིས་པ་སྤྱུ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་པའི་གནས་ནི།  
 ལྷན་པོའི་ཚེ་ན་སྤྱུ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་པའི་ལྷ་གནས་སོ། །ལྷན་པོའི་ཚེ་དེའི་ངོས་  
 རེ་རེ་ལ་དཔག་ཆད་བརྒྱད་ཁྲིའོ། །སྤྱོད་པ་མཆོམས་ན་དཔག་ཆད་ལྷ་བརྒྱའི་  
 ཆད་ཅམ་བཅེགས་པའི་ཁང་པ་བཞི་ལ་གནོད་སྤྱོད་ལག་ན་དོ་རྩེ་གནས་སོ། །  
 ཚེ་དེའི་དབུས་ན་བརྒྱ་ཕྱིན་གྱི་གྲོང་ཁྲི་ལྷ་ན་སྤྱུ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་པ་བོ་ས་རེ་ལ་.....  
 དཔག་ཆད་ཉིས་ཉྦེད་ལྷ་བརྒྱ་པ་འཕང་དུ་དཔག་ཆད་ཕྱེད་དང་གཉིས་པའི་  
 ར་བ་གསེར་གྱི་རང་བཞིན་ཏེ། ས་གཞི་མཆོན་བརྒྱས་བཀྲ་བ་ཤིང་བལ་  
 ལྷར་འངམ་ཞིང་མཉེན་པ་ཡོད་དོ། །གྲོང་ཁྲི་གྱི་དབུས་དེ་ན་བརྒྱ་ཕྱིན་གྱི་  
 ཁང་བཟང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བྱེད་ཡོད་དེ། ངོས་རེ་ལ་དཔག་ཆད་ཉིས་བརྒྱ་  
 ལྷ་བརྒྱ་རེ་ཡོད་པ་གྲོང་ལས་དཔག་ཆད་ཕྱེད་དང་ལྷ་འཕགས་པ་ཡོད་དོ། །  
 གྲོང་དེའི་ཕྱེད་པོ་ས་བཞི་ན་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཚེ་བའི་གནས་སྐྱེད་ཆལ་བཞི་སྟེ།  
 ཤིང་རྩ་སྤྲ་ཚོགས་ཅན་དང་། དེར་ཕྱིན་ན་ཤེས་པ་རྩལ་པར་འགྱུར་བའི་  
 ཆལ་དང་། ལྷ་ཕོ་མོ་འདྲེས་ཤིང་འདོད་ཡོན་ལ་སྦྱེད་པའི་ཆལ་དང་། དེར་  
 ཕྱིན་ན་ཡིད་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་ཆལ་དང་བཞིས་བརྒྱན་ནོ། །ཚེ་ཆལ་ནི།  
 གདགས་པ་ལས། ཤིང་རྩ་སྤྲ་ཚོགས་ཀྱི་ཆལ་ན་སྤྱང་པོ་ཆེས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་  
 གཟུགས་བཟང་ཞིང་མཛེས་པ་དཀར་བ་ཡན་ལག་བདུན་ལེགས་པར་.....





གནས་པ་མགོ་བོ་དམར་བ་མཆེ་བ་བྱག་དང་ལྗན་པ། སྤྱི་དུ་དཔག་ཆད་  
 གཅིག་དང་ཁོར་ཡུག་ཏུ་བརྟན་ཡོད་པ། སྤང་གཡོག་བརྒྱད་སྟོང་དང་  
 བཅས་པ་གནས་ཏེ། ལྷ་དེ་རྣམས་སྦྱང་མོས་ཆལ་དུ་འགོ་བ་ན་སྤང་པོའི་  
 མགོ་བོ་སུམ་རུ་ཅ་གསུམ་དུ་སྤྱུལ་ཞིང་། མགོ་དབུས་མ་ལ་དབང་པོ་དང་།  
 གཞན་ལ་ཉེ་དབང་སོ་གཉིས་དང་། སྤང་པོ་གཞན་རྣམས་ལ་འཁོར་རྣམས་  
 བཞོན་ཏེ་ལྷ་རྣམས་གོང་ནས་སྦྱང་མོས་ཆལ་དུ་སྦྱུལ་བར་བྱེད་ལ། དེ་ནས་  
 རྩུ་འཕུལ་ལྷ་མ་བཏང་སྟེ་ལྷར་སྤྱུལ་ཏེ་འདོད་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པར་.....  
 གསུངས་སོ། སྦྱང་ཆལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཚུགས་བཞི་དཔག་ཆད་ཉི་ཤུས་བཅད་  
 པ་ན་ས་གཞི་བཟང་པོ་ཆལ་དང་འགྲན་པ་ལྷ་དུ་ལྷ་རྣམས་ཅེ་བའི་གནས་.....  
 བཞི་ཡོད་དེ། སྤང་ཁྱེར་དེའི་ཕྱི་འཁྱེར་ཤར་མཆམས་ན་ཤིང་ཡོངས་འདུ་ས་  
 བརྟོལ་ཏེ། དཔག་ཆད་ལྷ་བརྟུ་ཐུར་དུ་བྱུག་པ་བརྒྱ་ཁྱེན་དུ་འཕགས་པ་  
 ཡལ་འདབ་ཀྱིས་ལྷ་བརྟུར་བྱུང་པ། མེ་ཏོག་རྒྱས་པའི་དྲི་ཇི་ཚུགས་སུ་  
 དཔག་ཆད་བརྒྱ་དང་། དེ་མིན་དུ་ལྷ་བརྟུར་བྱུང་པའོ། །གདགས་པར།  
 དེའི་དྲུང་ན་ཨར་མོ་ལི་ཀ་ལྷ་དུའི་རྩི་ལེབ་དཀར་པོ་རྩུ་ཞིང་དུ་དཔག་ཆད་.....  
 ལྷ་བརྟུ་དང་རྩམས་སུ་བྱག་དང་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆ་ཡོད་པའི་དབུས་ན་བརྒྱ་  
 ཕྱེན་གྱི་ཁྲི་དང་། ཉེ་འཁོར་ན་ཉེ་དབང་རྣམས་ཀྱི་ཁྲི་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །  
 ལྷ་རུབ་ཀྱི་མཆམས་ན་འདུན་ས་ཆོས་བཟང་སྟེ། དེར་ལྷ་རྣམས་བྱ་བ་དང་  
 བྱ་བ་མིན་པ་བཀའ་གྲོས་སོ། །གཉིས་པ་ས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་གནས་ནི།  
 སུམ་རུ་ཅ་གསུམ་དེའི་སྟེང་ནས་སྟོང་དུ་འཐབ་བྲལ་སོགས་འདོད་གཟུགས་  
 ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ནི་ནམ་མཁའི་གཞལ་མེད་ཁང་ལ་གནས་སོ། །དེ་ཡན་ཆད་  
 ཀུན་འཐབ་བྲལ་ཡིན་ཡང་སྤྱི་མིང་བྱེ་བྲག་ལ་བཏགས་ནས་འོག་མ་ལ་སྟོན་.....





ཏེ་འཐབ་བྲལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལྟ་འོག་མ་གཉིས་ནི་ལྟ་མ་ཡིན་དང་འཐབ་པས་  
 སོ། །དེ་ལ་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་གནས་ནི་རི་རབ་ཀྱི་ཚུལ་རྒྱབ་པའི་ཁོང་སེང་  
 དཔག་ཚད་སྤྲུལ་བྱིན་འོད་ལྡན་གྱི་གྲོང་ན་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་དབང་པོ་སྤྲུ་གཅན་  
 དང་། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་སྤར་བྱིང་གི་གྲོང་ན་མཁུལ་བྱིང་དང་། དེ་ནས་  
 བཞི་སྟོང་ན་བརྟེན་པའི་གྲོང་ན་རབ་གཞོན་དང་། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་  
 གསེར་ལྡན་གྱི་གྲོང་ན་འཐག་བཟང་རིས་གནས་ལ། དེ་རྣམས་དམའ་ཤོས་  
 བཟང་ཞིང་། བཞི་པའི་གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་སྤུམ་ཅུ་ཙུག་སྤུམ་གྱི་ལྟ་ན་སྤུག་  
 ལ་འགཅན་པ་གྲོང་བྱིར་གསེར་ལྡན་དང་། རྣམ་ལྟལ་གྱི་དོད་གཏམས་པ་  
 ཅན་དང་། གཞན་ཡང་འདུན་ས་དང་། ཡངས་འདུ། རྩོལ་བ། ཚལ། ས་  
 གཞི་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡོད། སྤང་པོ་ཆེ་རབ་བརྟན་གྱི་དོད་  
 བཟོད་དཀའ་དང་། ས་བསྐྱང་གི་བྱའི་དོད་ཏི་སི་གངས་བཅེགས་དང་། ཏྲ་  
 རྩུན་གྱི་ཤུགས་ཅན་གྱི་དོད་བྲག་འཇིགས་ཞེས་པ་ཡོད་དོ། །ལྟ་དང་འཐབ་  
 པ་ནི་ལྟ་རྣམས་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་བྱ་མོ་འདོད། ལྟ་མེན་རྣམས་ལྟ་འོད་ཅི་  
 འདོད་པས་ཞེ་འགས་ཏེ། ལྟ་མེན་རྣམས་རི་རབ་ཀྱི་ཁོང་སེང་ནས་ཐོན་ཏེ།  
 རིན་པོ་ཆེ་འོག་གྱུར་མཚོན་ཐོགས་ནས་ཆས་པ་ན་དམག་གི་འབེར་གྱིས་.....  
 བརྒྱ་བྱེན་གྱི་གདན་འགྲལ་བས་དམག་འོང་བར་ཤེས་སོ། །དེ་ནས་སྤྱད་དང་  
 འཐབ་པས་ཕམ་ན་རང་གནས་སུ་བཞོག། །དཀར་ཕྱགས་ཀྱི་སྤྱ་ཕམ་ན་ཚུ་  
 མཚམས་ནས་ཐོན་ཏེ་རྩུ་འཕྲལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ཏེ་བང་རིམ་གྱི་  
 ལྟ་དང་འཐབ། དེའི་ཆེ་ལྟ་འོག་གནས་གསལ་བའི་བྱིར་དུ་སྤྲུ་གཅན་གྱིས་ཉེ་  
 གླེ་ལག་པས་སྤྱིབ་ཅིང་། ལྟལ་ཕམ་དང་བདེ་སྤུག་འཇམ་སུ་སྤྱིང་པའི་དགེ་  
 སྤྱིག་ལ་རག་ལས་པས་ལྟ་རྣམས་སྤྱིང་འདི་ཡང་ཡང་ཉིལ་ལོ། །བང་རིམ་གྱི་





ལྟ་ཕམ་ན་ལྟའི་དབང་པོའི་བྱང་དུ་པོ་ཉ་རྒྱལ་ལ། དབང་པོས་གཞན་རྣམས་  
 ལ་བསྐྱོ་བ་ན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་རྩལ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་དུ་ཕྱིན་པས་འཐབ་བར་.....  
 མས་ཏེ། རི་རབ་ཀྱི་རྩལ་གྱི་སྤྱོད་དུ་འཐབ་པ་ན། ལྟ་མིན་རྣམས་རི་འཕེན་  
 ཞིང་དེ་ཐམས་ཅད་དབང་པོའི་རྟོ་རྩེས་དུམ་བྱར་བཅོམ་པ་རྣམས། རོལ་  
 མཆོ་སོགས་སུ་ལྷུང་བས་སྟོག་ཆགས་དུ་མ་ཤི་སྟེ་མཆོ་དམར་པོར་འགོའོ། །  
 ལྟའི་མགོ་དང་སྤྱོད་པ་བཅད་ན་འཆི་ལ་ཡན་ལག་བཅད་ཀྱང་སྤྱར་སྟེའོ། །  
 ལྟ་མིན་ནི་མི་བཞིན་དུ་གནད་དུ་སོག་ན་འཆི་ལ། དེའང་མཆོ་དང་ས་ལ་ཤི་  
 བ་དང་རྒྱང་པ་ལག་པ་བཅད་པ་སོགས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཤར་ཏེ་དམག་.....  
 མ་ལོག་གོང་ནས་ཐུང་ན་བྱེད་པར་ཟད་དོ། །དེ་དག་སུ་ཕམ་པ་དང་རང་གི་  
 སྤྱོད་དུ་ཞུགས་ནས་སྐྱོ་བཅད་དེ་གནས་པ་ན་དངངས་སྒྲག་འབྱུང་ཡང་ཕན་  
 ཚུན་མི་རྒྱལ་སོ། །གཉིས་པ་ཞར་ལ་དེའི་སེམས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་ལ་ལྟ་སྟེ།  
 འདྲོད་པ་སྦྱོད་པ། ལྟའི་བྱ་སྟེབ། འདྲོད་བདེ་སྟེབ། བར་ཐག་གི་ཆད།  
 སྤྱོད་དུ་བཞོད་ཚུལ་ལ། །དང་པོ་ནི། ལྟ་དེ་རྣམས་ལས་འདྲོད་པ་སྦྱོད་པ་ནི་  
 དང་པོ་དུག་ཡིན་ནོ། །དུག་གི་འང་རིས་འོག་མ་གཉིས་ནི་དབང་པོ་གཉིས་  
 སྦྱར་དང་། གསུམ་པ་འབྱུང་པ་དང་། བཞི་པ་ལག་བཅངས་དང་། ལྟ་པ་  
 སྤྱོད་པ་དང་། དུག་པས་བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་འབྲིག་པའི་བདེ་བ་སྦྱང་རོ། །  
 ས་སྟེར། འདྲོད་ལྟ་གོང་མ་གཉིས་ལ་བག་མ་གཏོང་ལེན་དང་ཆུང་མ་  
 འཆང་བ་མེད་པར་བཤད་ཅིང་། གདགས་པ་ལས། དུག་ཀ་ལ་ཡོད་པར་  
 བཤད་དོ། །དུག་ཆར་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་གཅིང་ཞིང་རྩལ་དང་དྲི་མ་དང་རུས་  
 པ་དང་ཚ་རྩལ་དང་ནང་ཁོལ་དང་བཤད་གཅི་མེད། བཟའ་བ་བདུད་ཅི་  
 རྩ་སེར་དཀར་དམར་བཞི་འབྱུང་བའི་རྩོན་ཤིང་དང་། སྤང་ཅི་དང་སྤང་





ཆང་སོགས་བརྟུང་བ་འབྱུང་བའི་དང་། ཤིང་རྩ་སོགས་བཞེན་པ་འབྱུང་  
 བའི་དང་། གོས་དང་རྒྱན་འབྱུང་བའི་དང་། སྤྲི་དང་བརྟུག་པ་དང་མེ་  
 རྟོག་གི་ཐིང་བ་འབྱུང་བའི་དང་། བཞད་གད་སྤྱུ་གར་དང་རོལ་མོའི་སྤྱུ་  
 འབྱུང་བའི་དང་། རྩོད་སྤྱུད་སོགས་ཡོ་བྱད་སྤྱུ་ཆོགས་འབྱུང་བའི་སྤྱུ་ཤིང་  
 ཡོད་དེ། ཅི་བསམས་པ་ཙམ་གྱིས་ལག་ཏུ་འོང་ལ། སྤྱུ་མི་སྤྱུ་གྱི་དཔག་  
 བསམ་གྱི་ཤིང་ལས་བསམས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་འོང་གི་རང་གིས་ལེན་དགོས་་་་  
 སོ། །དགའ་ལྷན་པ་ནི་ས་བརྩའི་དབང་ལྷག་གི་བྱུང་བྱ་རྟག་ཏུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཆོས་ལ་སྦྱོང་པས་ཀྱང་ལྷག་སྟེ། རོས་པ་མང་དང་ཆོས་འཛིན་དང་། ཤེས་  
 རབ་ལྷན་ཞིང་ཐར་པ་འདོད། ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ལ་དགའ་བའི་མི། དེ་  
 རྒྱལ་ས་དགའ་ལྷན་ཉེ་བར་འགོ། ཞིས་བྱན་པ་ཉེར་བཞག་ཏུ་བཀའ་སྤྱུལ་གྲོ།  
 གཉིས་པ་ནི། ལྷ་མོ་རྒྱལ་ལ་མང་ལ་གྱི་གནས་མེད་ཅེས་ས་སྟེ་ལས་བཤད་  
 པས། ལྷ་འཕྲུལ་ལྷ་མོའི་པང་བྱ་བྱིས་པ་ལོ་ལྷ་ལོན་པ་ཙམ་ནས་ལོ་བརྩལ་ན་པ་  
 ལྷ་བྱའི་བར་བྱ། རིམ་པ་བཞེན་འདོད་ལྷ་བྱག་པོ་དེ་རྒྱལ་ས་སྤྱུ་ལ།  
 གཞན་རྒྱལ་ས་ལྷས་སྤྱུར་བྱ་རྩོགས་པར་འབྱུར་ཞིང་། བརྒྱ་བྱིན་ལྷས་དང་པོ་  
 རྣམ་རྩོགས་པར་སྦྱེ་བས་སྤྱུ་བྱི་བཞེ་བའང་གཞན་གྱིས་མི་ཆོར་རོ། །  
 གཟུགས་ཙན་གྱི་ལྷ་རྒྱལ་ས་ལྷས་ཀྱན་རྩོགས་པ་དང་གོས་དང་བཅས་པ་ཉིད་  
 བྱ་སྦྱེ་ཞིང་། འདོད་ཁམས་པ་ནི་ངོ་ཚ་བྲེལ་ཡོད་ཤས་ཆུང་བས་གཅེར་བྱར་  
 སྦྱེ་ལ། རྒྱལ་བྱ་དོན་གྲུབ་དང་དགེ་སྦྱོང་མ་དཀར་མོ་དང་། དགེ་ཚུལ་མ་སྤྱུ་  
 མ་ནི་གོས་དང་བཅས་པར་རོ། །ལྷ་ཀྱན་ཀྱང་སྤྲད་ནི་སྤྱི་ཉའི་སྤྲད་བྱའོ། །  
 གསུམ་པ་ནི། འདོད་པ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་དང་། རང་གིས་སྤྱུལ་པ་དང་།  
 གཞན་གྱིས་སྤྱུལ་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་སྦྱེ་བ་གསུམ་པོ་ནི་རིམ་པ་བཞེན།





འདོད་ལྷ་དང་པོ་བཞི་མེར་བཅས་པ་དང་། འཕྲུལ་དགའ་བ་དང་། གཞན་  
 འཕྲུལ་དབང་བྱེད་པ་ལྟ། །དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་  
 སྐྱེས་པ་དང་། དགའ་བ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བ་གསུམ་པོ་ནི་རིམ་པ་  
 བཞིན། བསམ་གཏན་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་བ་སྟེ། དེ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ས་  
 གཞན་གསུམ་གསུམ་སྟེ་དགུའོ། །བཞི་པ་ནི། ལྟའི་གནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་བར་  
 ཐག་རི་ཅན་ཞེ་ན། གནས་དང་གནས་ནས་འོག་འཛམ་གླིང་གི་རི་སྤྱིད་དེ་  
 དང་དེའི་གོང་རྒྱ་དེ་སྤྱིད་དེ། འདི་ནས་རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་པོ་བྲང་ལ་དབག་  
 ཆོད་བཞི་ཁྱི་དང་། དེ་ནས་སུམ་རུ་ཆ་གསུམ་ལ་བཞི་ཁྱི། དེ་ནས་འཐབ་  
 བྲལ་ལ་བརྒྱད་སོགས་ཏེ། འདི་ནས་ཤིན་རྒྱུ་མཐོང་བ་ཅན། དེ་ནས་འོག་  
 མིན་གྱི་བར་ལ་ཡོད་པ་ལྟ། །ལྷ་པ་ནི། ཅི་འོག་མས་གོང་མའི་གནས་སུ་ཕྱིན་  
 བས་མཐོང་ངམ་ཞེ་ན། རང་གིས་ས་གོང་མའི་རྩ་འཕྲུལ་ཐོབ་པ་འམ་གཞན་  
 དེ་རྣམས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་དང་ནོར་བུའི་རྒྱ་མཚོ་དང་། སངས་རྒྱུ་མཚོ་  
 དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་ཤིང་།  
 དཔྱིབས་ནི་རྒྱུ་པོ་དང་བྱར་གསུམ་དང་གྲུ་བཞི་དང་། རྟོར་བུ་དང་སྤྲན་  
 དང་འཁོར་ལོ་ལྟ་བུ་དང་། བྱར་བརྒྱད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་ལྟ་  
 བུ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དེ། སལ་པོ་ཆེར་ལྟའོ། །གོང་མའི་ལྟ་ལ་བརྟེན་ཏེ་དེས་  
 ཁྱིད་ན་མཐོང་གི་དེ་མ་གཏོགས་པ་དེ་དག་གི་ཁམས་དང་ས་གོང་མར་འགྲོ་  
 བ་དང་མཐོང་བ་མེད་དོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོད་ནི་འཐབ་བྲལ་སོགས་བཞི་རི་  
 རབ་ཀྱི་སྟེང་ཅན་ཞེས་དང་། གཞན་གོང་མ་གཉིས་འགྱུར་རྒྱ་ལྟའོ། །བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་གླིང་བཞི་ཅན་དང་། གཉིས་པ་སྟོང་གྱི་ཕུད་ཅན་དང་།  
 གསུམ་པ་སྟོང་གཉིས་པ་ཅན་དང་། བཞི་པ་སྟོང་གསུམ་ཅན་རྒྱ་སྤྱལ།







གཞན་ནི་འོག་མ་གསུམ་སྟོང་སྟེ་ཕུད་སོགས་གསུམ་ཅམ་དང་། བཞི་པ་  
 ཚད་མེད་པར་སྟོལ། གསུམ་པ་སྟོང་གསུམ་དོས་བཟུང་བ་ནི། སྤྱིང་བཞི་པ་  
 དང་ཉི་ཟླ་དང་རི་རབ་དང་ནི་འདོད་ལྟ་དང་ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་.....  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་མན་ཆད་སྟོང་ལ་ནི་སྟེ་ཕུད་ཅེས་པར་འདོད་དེ།  
 སྟོང་ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟེ་ཕུད་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སོ། སྟེ་ཕུད་དེ་སྟོང་ལ་  
 ནི་སྟོང་གཉིས་པ་བར་མའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ། སྟོང་  
 གཉིས་པ་དེ་སྟོང་ལ་ནི་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤྱིང་བཞི་བྱེ་  
 བ་ཕྱག་བརྒྱལ། །དེ་གསུམ་ཀ་ལའང་ལྷགས་རི་རེ་དང་དབང་བྱེད་པའི་  
 ཚངས་པ་རེ་བཤད་དོ། །བཞི་པ་དེ་དག་འབྱུང་འཇིག་མཉམ་པར་བསྟན་  
 པ་ནི། དེ་ཐམས་ཅད་མེ་སོགས་ཀྱིས་མཉམ་དུ་འཇིག་ཅིང་འབྱུང་བ་སྟེ་  
 ཆགས་པའོ། །དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དཔག་ཚད་  
 འབྲུམ་ཕྱག་བཞི་ལ་སོགས་འདི་དང་མི་འདྲ་བའི་བཀོད་པ་དང་། སལ་པོ་  
 ཆེར་སྟོང་གསུམ་ན་འོག་མིན་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་བཀའ་རྩལ་བ་ནི། སེམས་  
 ཅན་སོ་སོའི་སྣང་བ་བཞིན་བཀོད་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་ལས། ཞིང་རྣམས་འདི་  
 ཀུན་སེམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཏགས། ཞེས་སོ། །དག་པ་དང་མ་དག་པའི་  
 ཞིང་རབ་འབྲུམས་སྟོགས་བརྩ་ན་ཡོད་ལ། སྤྱིང་བཞི་འང་བདེ་བ་ཅན་ན་  
 མེད་ཅིང་སངས་རྒྱས་རི་རབ་འོད་ཀྱི་ཞིང་ན་འཇོམ་བུ་སྤྱིང་ལ་དཔག་ཚད་...  
 བྱེ་བ་དང་། གཞན་གསུམ་ལ་བརྒྱད་ཁྲི་རེ་དང་། སྤྱིང་བའི་ཁྱད་པར་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་ཀུན་དུ་བཟང་པོའི་ཞིང་ན་སྟོང་གསུམ་རིལ་པོ་ཉི་ཟླ་བྱུང་.....  
 གཅིག་གིས་གསལ་བ་སོགས་བཤད་དེ། རྒྱུ་ཆེར་གཞན་དུ་བརྟལ། གཉིས་  
 པ་ཞར་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་ཚད་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལྷན་ཚད་དང་། ཆོ་





ཚད་དོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། མིའི་ལུས་ཚད། འདོད་ལྡའི་ལུས་ཚད།  
 གཟུགས་ཁམས་པའི་ལུས་ཚད་དོ། །དང་པོ་ནི། འཛམ་གྲུ་གླིང་པ་ཆེ་ལོ་  
 བརྒྱ་པ་རྒྱམས་ཀྱི་ལུས་ཚད་ནི། ཞིང་དུ་སྤྱོད་བཞི་པ་དང་། མཐོ་དམན་སྟེང་  
 དང་བཞི་སྟེ། སྤྱི་ཆོས་མངོན་པ་བཤད་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་བཞི་བར་རྒྱལ་  
 པོ་སྤྱས་སྤྱོད་བཤད་ཀྱང་། འོག་ནས་བཤད་པའི་འགྲུར་བསྐྱེས་པའི་སྤྱོད་།  
 བསྐྱེས་པ་དང་པོའི་མི་འགའ་ཞིག་བརྒྱ་ཕྱིན་དང་མཉམ་སྟེ་ཡབ་སྤྱོད་མཐུ་  
 བའི་མདོར་སྤྱོད་བསྐྱེས་དང་བརྒྱ་ཕྱིན་གཉིས་མིག་འབྱེད་འཛུམ་ཡོད་མེད་མ་  
 གཏོགས་པ་ཁྱད་མེད་པར་གསུངས་པས་སོ། །ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་སྤྱོད་  
 བརྒྱད་དང་། བ་ལང་སྤྱོད་པ་བརྒྱ་དྲུག་དང་། བྱང་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་པ་སོ་གཉིས་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་མ་གཉིས་འགྲུར་དུ་བསྐྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། འདོད་དང་  
 ལྡའི་པ་ལྡའི་ལུས་ཚད་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་པ་རྒྱང་གསུམ་ཀྱི་བཞི་ཆ་གཅིག་ནས།  
 དགའ་ལྡན་པ་གཅིག་དང་། འཕྲུལ་དགའ་བ་གཅིག་དང་བཞི་ཆ། གཞན་  
 འཕྲུལ་དབང་བྱེད་པ་རྒྱང་གསུམ་སྟེང་དང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱང་གསུམ་  
 བཞི་ཆ་རེ་བསྐྱེད་དོ། །ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་ལུས་ཚད་དང་། ཆེ་ཆད་ལོངས་སྤྱོད་  
 རྒྱམས་སྤྱོད་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པ་དང་འདྲ་བར་ས་སྤེལ་ས་གསུངས་སོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། གཟུགས་ཅན་དང་པོ་ཆོངས་རིས་པ་དཔག་ཚད་སྟེང་དང་། དེ་གོང་  
 མ་གཉིས་དཔག་ཚད་སྟེང་སྟེང་བསྐྱེད་དེ། འོད་རླུང་བའི་གཉིས་སོ། །དེའི་  
 ལྷག་ཚད་མེད་འོད་ཡན་ཚད་ཀྱི་ལུས་ནི་འོག་མ་འོག་མ་ལས་ཉིས་འགྲུར་གྱི་  
 ཆེ་སྟེ། དགེ་རྒྱས་པའི་དྲུག་ཅུ་རེ་བཞི་དང་། དེ་ཉིས་འགྲུར་ལས་སྤྱོད་མེད་  
 པའི་དཔག་ཚད་གསུམ་དོར་བས་བརྒྱ་ཉེར་ལྷ་ནས་འོག་མིན་པའི་བྲི་དྲུག་  
 ལྷོང་གི་བར་དོ། །ཆེ་ཆད་ལ་གཉིས་ཏེ། དཛོས་དང་། བར་དུ་འཆིབ་ཡོད་





མེད་དཔུང་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བདེ་འགྲོའི་ཆོ་ཆད་དང་། རན་  
འགྲོའི་ཆོ་ཆད་དོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིར་བོང་ཆོད་ཐ་དད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་ཆད་  
ཀྱང་ཐ་དད་དམ་ཞེན། སྤྱི་མི་སྦྲན་ན་ཆོ་ལྟོང་སྟེ། ལུབ་དང་ཤར་གཉིས་  
ན་སྤྲུམ་མའི་ཕྱེད་ཕྱེད་སྤངས་པ་རིམ་པ་བཞིན་ལྷ་བརྒྱ་དང་། ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་  
བརྒྱའོ། །འཛམ་གླིང་འདི་ན་མ་ངེས་ཏེ། འགྲེལ་པའི་ཐ་མར་ལོ་བརྒྱ་དང་  
བསྐལ་པ་དང་པོའི་མའི་ཆོ་ལྟོང་དཔག་ཏུ་མེད་དོ། །མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ལ་འདོད་ལྷ་  
འོག་མ་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་པའི་ཉིན་ཞག་གཅིག་སྟེ། ཉིན་ཞག་དེ་ཡིས་བགྲངས་  
པའི་ཞག་སྟུམ་ཅུ་ཟླ་བ་དང་དེ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་ལོར་བྱས་པའི་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་  
པའི་ཆོ་ལྷ་ལྷ་བརྒྱའོ། །འདོད་ལྷ་གོང་མ་ལའི་ཞག་དང་ལོའི་ཆད་ཉིས་  
འགྱུར་ཉིས་འགྱུར་ཏེ། མི་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉིས་བརྒྱ་དང་བཞི་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་  
བརྒྱ་དང་སྟོང་དུག་བརྒྱ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཏུ་ཉིན་ཞག་སྟེ། དེ་ཡིས་  
བགྲངས་པའི་ལོ་སྟོང་དང་ཉིས་སྟོང་དང་། བཞི་སྟོང་དང་། བརྒྱད་སྟོང་  
དང་། བེ་དུག་སྟོང་ཆོ་ཆད་དོ། །གཉེན་ཤིང་འཛིན་ཡན་ཆད་ན་ཉི་ཟླ་མེད་  
ཀྱང་ཉིན་མཆོན་ནི་ཀྱུ་ལྷུང་ཏ་དང་པ་ལྷ་ཁ་སྟེ་ཅུ་མ་དང་། བྱ་སྐད་འབྲིན་མི་  
འབྲིན་དང་། གཉིད་སངས་སྟོ་ལས་ཏེ་སྤང་བའི་བྱ་བ་ནི་རང་གི་འོད་ཀྱིས་  
སོ། །གཟུགས་ཅན་རྣམས་ན་ཉིན་མཆོན་མེད་པས། ཆོའི་ཆད་ནི་ལོས་མི་  
བགྲང་གི་རང་གི་ལུས་གཞལ་བའི་དཔག་ཆད་ཀྱི་གྲངས་ཀྱི་བསྐལ་པ་ཡིས་་་་  
ཏེ། གཟུགས་ཅན་དང་པོ་བསྐལ་པ་ཕྱེད། དེ་ཡི་གོང་མ་ཕྱེད་ཕྱེད་བསྐྱེད། །  
འོད་ཚུང་རྣམས་ཀྱི་ལྷག་ཡན་ཆད། །ཆོ་ནི་ཉིས་འགྱུར་ཉིས་འགྱུར་ཏེ། །  
སྤྱིན་མེད་བསྐལ་པ་གསུམ་དོར་རོ། །ཞེས་པའོ། །གཟུགས་མེད་དང་པོའི་ཆོ་  
ཆད་བསྐལ་པ་སྟོང་ཕྲག་ཉི་ཤུ་སྟེ། གོང་མ་གསུམ་ཉི་ཤུ་རེས་ལྷག་གོ། །ཆོ་





ཆོད་ཀྱི་བསྐལ་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། འོད་ཚུང་ནས་བཟུང་བསྐལ་ཆེན་ཏེ། དེའི་  
 འོག་མ་ཆངས་ཆེན་གསུམ་གྱིས་ནི་བསྐལ་ཆེན་ཕྱེད་ལ་བསྐལ་པར་བྱས་པ་……  
 ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡང་སོས་སོགས་དྲུག་གིས་རིམ་པ་བཞིན་འདོད་  
 ལྟའི་ཆོད་དང་ཉིན་ཞག་མཉམ་ལ། རང་གིས་ཉིན་ཞག་དེ་ཡིས་བགྱངས་པའི་  
 དྲུག་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་འདོད་ལྟ་དྲུག་དང་ལོ་གྲངས་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་  
 ཆེན་བཞིའི་ཆོ་ཆོད་ནི་ཡང་སོས་པའི་ཞག་གཅིག་སྟེ། དེ་སུམ་ཅུ་ལ་ཟླ་བ།  
 དེ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་ལོར་བྱས་པའི་ལྷ་བརྒྱ་ཐུབ་པ་སོགས་སོ། །རབ་རྩ་ཆོ་བ་ནི་  
 བར་བསྐལ་ཕྱེད་དང་། མནར་མེད་ནི་བར་བསྐལ་གཅིག་གོ། །དུད་འགོ་  
 རྣམས་ཆེ་མཆོག་རྒྱ་རིང་བ་ནི་བར་བསྐལ་གཅིག་སྟེ། དག་སྦྲང་དག་སྟེ་  
 བརྒྱད་པོ་ནི་སྟེ་ཆེན་པོ་སྟེ། བསྐལ་པར་གནས་པས་ས་འཛིན་པའོ། །ཞེས་སོ།  
 ཟུང་བ་ཡུད་ཅུམ་པར་ཉི་མའི་སྟིང་པོར་བཤད་དོ། །ཡི་དྲུགས་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་  
 ནི་མའི་ཟླ་བ་གཅིག་ལ་ཉིན་ཞག་རྒྱ་བྱས་པའི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་སྟེ། མི་ལོ་བེ་ལྷ་  
 སྟིང་དོ། །མདོ་ཉི་མའི་སྟིང་པོར། ཟུང་བས་སྟིང་ཕྱག་གཅིག་དང་རིང་  
 བས་སྟིང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཐུབ་པར་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །མ་གཏུའི་ཁལ་བརྒྱད་  
 ཅུ་ཤོད་བའི་ཏིལ་གྱི་ཟུང་བ་ཏིལ་གྱིས་ཟུར་བྱར་བཀའ་བའི་ནས་ནས་ལོ་……  
 བརྒྱ་བརྒྱ་ཞིང་ཏིལ་ཉག་གཅིག་ཟུང་བས་ཟད་པར་བྱར་པ་ནི་ཚུ་བྱར་ཅན་……  
 ཀྱི་ཆོ་སྟེ། གང་དམུལ་གཞན་བདུན་གྱི་ཆོ་ནི་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུར་བསྐྱར་རོ། །ས་  
 སྟེར་ནི། ཆོ་དམུལ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱེད་ཕྱེད་རྒྱ་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོ་ཆོད་  
 མ་རྗེགས་པར་འཆིབ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་ན། སྤྲུམ་སྟན་པ་ནི་ཆོ་ཆོད་ཐུབ་  
 པར་ངེས་ལ། དེ་མ་གཏོགས་པ་ལ་བར་སྐབས་སུ་འཆིབ་ཡོད་དོ། །བར་  
 སྐབས་སུ་མི་འཆིབ་གཞན་ཡང་གྲིད་པ་ཐ་མ་པ་སོགས་སོ། །གསུམ་པ་དེ་





དག་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་ལ་གཉིས་ཏེ། རྩོམ་གཞི་དང་། བརྒྱམས་པ་འཇལ་  
 བྱེད་དོ། །དང་པོ་ནི། གཞུགས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐའ་རྣམས་སྤྲོ་རབ་དང་། མིང་གི་  
 མཐའ་ཡི་གེ་དང་། རྩལ་གྱི་ཐུང་མཐའ་སྤྲད་ཅིག་སྟེ། དེའི་ཚད་ནི་རྣམ་  
 འགྲེལ་དུ། རྣམ་ཅིག་བསྐྱེས་རྣམས་རྒྱུ་ཐུང་བ་ཡིས། མཐའ་ཐུག་རྩལ་ནི་སྤྲད་  
 ཅིག་འདོད། ཁྱེད་པ་ལྟར་རོ། རྩོམ་མངོན་པ་བ་རྣམས་ནི། རྩོམ་བྱ་སྟོབས་  
 ལྡན་གྱིས་སེ་གོལ་གཏོགས་པ་ཅམ་ལ་སྤྲད་ཅིག་དུག་ཅུ་ཙུ་ལྟ་འདོད། ཁྱེད་  
 རྩོམ་། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡུལ་གྱི་ཚད་དང་། རྩལ་གྱི་ཚད་དོ། །དང་  
 པོ་ནི། སྤྲ་རབ་རྣམས་དང་རྣམས་སྤྲན་དང་དེ་བཞིན་རྩུ་ལྟགས་རྣམས་དང་། རྩུ་  
 རྣམས་དང་། རི་བོང་རྣམས་དང་། ལྷག་རྣམས་དང་། སྤང་རྣམས་དང་། ཉི་ཟེར་  
 རྣམས་དང་། སྟོ་མ་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བ་ཤིག་དང་། དེ་བཞིན་རྩུ་ནས་དང་།  
 སྤང་ཆོགས་རྣམས་ནི་གོང་ནས་གོང་དུ་བདུན་དུ་བསྐྱར་བར་ཤེས་པར་བྱའོ།  
 སྤང་མོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ལ་སྤྲད་དང་། སྤྲ་བཞི་ལ་གཞུ་སྟེ་འདོམ་གང་ངོ་། གཞུ་  
 དེ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་རྒྱུང་གྲགས་ཏེ། དེ་ཅམ་གྲོང་ནས་འཕགས་པ་ལ་  
 དགོན་པར་འདོད་ལ། རྒྱུང་གྲགས་དེ་བརྒྱུད་ལ་དཔག་ཚད་ཅེས་བྱའོ། །  
 ལྷང་རྣམ་འབྱེད་དུ་དུག་འཕྱར་དང་། གདགས་པར་རྣམས་སྤྲན་བདུན་ལ་ཉི་  
 ཟེར་རྣམས་དུ་བཤད་ལ། རྩལ་འཁོར་དུ་གཞུ་ཉིས་སྟོང་ལ་རྒྱུང་གྲགས་དང་།  
 དེ་བཞི་ལ་དཔག་ཚད་དུ་གསུངས་སོ། གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤང་ཚད་  
 དང་། བསྐྱེལ་པའི་ཚད་དོ། །དང་པོ་ནི། རྩལ་མཐའི་སྤྲད་ཅིག་མ་བརྒྱ་ཉི་  
 ཤུ་ལ་དེའི་སྤྲད་ཅིག་གོ། དེའི་སྤྲད་ཅིག་དུག་ཅུ་ཐང་ཅིག་གོ། ཐང་ཅིག་  
 ལྷུ་ཙུ་ཡུད་ཅམ་སྟེ། དེ་དང་ཉིན་ཞག་དང་ཟླ་བ་གསུམ་གོང་ནས་གོང་དུ་  
 ལྷུ་ཙུ་རྩུར་འཕྱར་རོ། ཞག་མི་ཐུབ་པ་དུག་དང་བཅས་པ་ཟླ་བ་བརྒྱ་གཉིས་





ལ་ལོ་གཅིག་སྟེ། འག་མི་ཐུབ་ནི། དགུན་དང་དབྱིད་དང་དབྱར་ཚམས་ཀྱི།  
 ཟླ་བ་ཐུང་དང་གཉིས་འདས་ནས། ཟླ་བ་ཐུང་ནི་ལུས་པ་ན། བཤམས་པས་  
 འག་མི་ཐུབ་པ་དོར། བེས་པ་ལྟར་ཏེ། རྒྱལ་དང་སྤྱོད་དང་ས་ག་དང་། རྒྱ་  
 རྟོད་དང་ཁྲུམས་དང་། སྤྱོད་རྒྱག་ཅན་ཚམས་ཀྱི་གནམ་སྟོང་དོར་བའོ། དེ་  
 ཡང་དབྱར་དགུན་གྱི་འཁྱིལ་ཐུབ་ཅིང་། རྟོན་དབྱིད་འཁྱིལ་མི་ཐུབ་ཅིས་རྒྱ་  
 ཆེར་འགྲེལ་དུ་གསུངས་པ་ནི། འདུལ་བའི་ལུགས་ཀྱིས་རྟོན་ཟླ་བ་རྒྱུད་ནས་  
 ལོ་མགོ་འཛིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། བསྐལ་པ་  
 རོས་བཟུང་། ཡ་ཐོག་རིང་པོའི་འགྲིབ་ཚུལ། འཇིག་པའི་བསྐལ་པའི་ཚུལ་  
 ལོ། །དང་པོ་ལ་བསྟན་བཤད་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། བསྐལ་པ་རྣམ་པ་མང་  
 པོ་བར་བསྐལ་དང་། འཇིག་པ་དང་ཆགས་པ་དང་། གནས་པའི་བསྐལ་པ་  
 དང་། བསྐལ་ཆེན་པོ་གསལ་བཤད་དོ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། འཇིག་  
 ཆགས་ཀྱི་བསྐལ་པ་བཤད། གནས་པའི་བསྐལ་པ་བཤད། བསྐལ་ཆེན་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཇིག་པའི་བསྐལ་པ་ནི་དམུལ་བའི་གྲིད་པ་  
 གསར་སྟེ་མེད་པ་ནས། རྫོད་ཟད་པའི་བར་ཏེ། དམུལ་བ་ལས་ཟད་པ་  
 རྣམས་འགོ་བ་གཞན་དུ་སྟེ་ལ་མ་ཟད་པ་རྣམས་ཞིང་གཞན་གྱི་དམུལ་བར་...  
 སྟེ་བས་འདིར་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དང་། ཡི་རྒྱལ་དང་དུད་འགོ་འང་དེ་  
 དང་འདྲ་ལ། དེའང་རྒྱ་མཚོའི་དུད་འགོ་སྤར་འཇིག་ཅིང་། མི་ལུལ་བ་  
 རྣམས་མི་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུའོ། ཁྲིང་གསུམ་གྱི་མི་གང་རུང་རེས་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཏིང་འཇིག་བསྟེན་དེ། གཞན་རྣམས་དེའི་  
 རྩིས་སུ་སློབ་ཅིང་ཤིན་པ་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟོན་དུ་སྟེའོ། ལྷ་མི་སྟན་པ་ལ་  
 ཆགས་བྲལ་གྱི་ལམ་མེད་པས། འདོད་ལྟར་སྟེས་ཏེ། འདོད་ལྟར་རྣམས་





བསམ་གཏན་དང་པོ་ཐོབ་ནས་ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཏུ་སྒྲེལ། །དེ་རྣམས་  
 གྱིས་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉིང་འཛིན་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ཐོབ་པས་འོད་་  
 གསལ་ཏུ་སྒྲེལ། །ཚུས་འཇིག་པ་ན་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་དང་། རྒྱུད་གིས་  
 འཇིག་པ་ན་བཞི་པ་ཐོབ་སྟེ་དེ་དག་ཏུ་སྒྲེ། དེ་ལྟར་ལེམས་ཅན་འཇིག་པ་ལ་  
 བར་བསྐལ་བཅུ་དགུའོ། །དེ་ནས་ཆར་བ་མ་བབས་པས་ཕྱི་ཤིང་རྣམས་ཉི་  
 མ་འདི་ཉིད་གྱིས་བསྟེན་པ། ཉི་མ་གཞན་རྣམས་འདི་བས་བཞི་འགྱུར་རེས་  
 ཚ་ཞིང་། གཉིས་པས་ཉིང་ཀ་ཆེ་ཆུང་དང་། གསུམ་པས་ཆུ་པོ་ཆེ་ཆུང་དང་།  
 བཞི་པས་མཆོ་མ་རྒྱས་པ་དང་། ལུ་པ་དང་རྒྱག་པས་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་  
 པོ་སྟེམས་ལ། རྒྱག་པ་དང་བརྒྱན་པས་རི་རབ་དང་ས་ཆེན་པོ་བསྟེན་པ་ཉི།  
 དེ་ལས་མེ་ལྷེ་རྒྱུད་གིས་ཁྱེད་ནས་ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྟེག་ལ། དེའི་ཆོ་  
 འོད་གསལ་བའི་ལྷ་གཞན་པ་རྣམས་མེ་དེ་བྱུང་གི་དོགས་ནས་སྐྱག་པ་ལ།  
 ལྷ་ཆུན་པོ་ཆགས་འཇིག་ཤེས་པ་རྣམས་གྱིས། སྟོགས་པོ་དག་མ་འཇིགས་  
 ཤིག མེ་ལྷེ་འདིས་སྟོན་ཡང་ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་བསྟེན་ནས་དེ་ཉིད་  
 ཏུ་མེད་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་དབུགས་འབྱེན་ཏོ། །ཚུས་འཇིག་ན་བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་ཆུས་སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལན་ཆུ་བཞིན་  
 ཏུ་བཞུས་ནས་ཆུ་དེ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱུད་གིས་འཇིག་ན་བསམ་  
 གཏན་གསུམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱུད་གིས་རྒྱུད་ནད་ཀྱི་ལུས་སྐམས་པ་ལྟར་་་་  
 སྟོད་མེད་པར་བྱེད་ཅིང་རྒྱུད་དེ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་སྟོད་  
 འཇིག་པ་ལ་བར་བསྐལ་གཅིག་ལོ། །ཆགས་པའི་བསྐལ་པ་ནི་དང་པོ་རྒྱུད་  
 ཆགས་པ་ནས། དམུལ་བའི་སྲིད་པ་ཆགས་པའི་བར་ཏུ་བར་བསྐལ་ཉི་ཤུའོ།  
 དེ་ཡང་རྒྱུད་གིས་ཞིག་རྗེས་ལ་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ནས་དང་། ཆུས་





ཞིག་རྗེས་ལ་གཉིས་པ་ནས་དང་། མེས་ཞིག་རྗེས་སུ་དང་པོ་ནས་འདྲ་  
 ལཱ་འཁུལ་ཡས་ཁང་རྣམས་ཆགས་སོ། །དེ་ནས་རྒྱུང་འཇམ་པོ་ལངས་པ་  
 རྒྱུང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འགྱུར་ཞིང་དེ་རྗེས་སྤྱིན་གསེར་གྱི་སྤྱིང་པོ་ཅན་.....  
 ལས་ཆར་ཆེན་པོ་བབ་པས་རྒྱུའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་དེའི་སྤྱིང་རྒྱུང་གིས་.....  
 འཐས་པར་བྱས་པས་གསེར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་དེའི་སྤྱིང་དུ་ཁམས་སྒྲ་.....  
 ཆོགས་པ་ཅན་གྱི་སྤྱིན་ལས་ཆར་བབ་པས་རྒྱ་མཆོ་ཆགས་ཤིང་། དེའི་  
 ཁམས་རབ་རྣམས་རྒྱུང་གིས་བསྐྱབས་པས་རི་རབ་དང་། འབྲིང་རྣམས་  
 བསྐྱབས་པས་གསེར་གྱི་རི་བདུན་དང་། ཐ་མ་རྣམས་ལས་སྤྱིང་བཅུ་གཉིས་  
 དང་ཁོར་ཡུག་གི་རི་རྣམས་འབྱུང་སྟེ། རྫོང་ཆགས་པ་ལ་བར་བསྐལ་གཅིག་  
 ལོ། །དེ་རྣམས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་པ་འཇིག་རྟེན་འཇིག་རྒྱུ་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རྟག་པ་  
 མ་ཞིག་པ་ལས་སྦྱེ་བར་འདྲོད་པ་འགྲེལ་པར་བཀག་གོ། མདོ་སྤེལ་པའི་མདོར།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གཞན་ནས་ས་སོན་ཁྱེར་ཏེ་འོང་ངོ་ཞེས་འབྱུང་མོད།  
 ལས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱང་བྱང་པར་ཅན་ལས་འབྱུང་ངོ་། ཞེས་གནས་སོ། །  
 སེམས་ཅན་ཆགས་པ་ནི་བསྐལ་པ་འདི་ལ་འོད་གསལ་གྱི་ལྷ་ཆོད་ལས་.....  
 ཟད་པ་ཞིག་ཆངས་པ་ཆེན་པོར་སྦྱེས་པ་ལ་ཤིང་བདག་དུ་རྫོམ་སོ། །དེ་སྦྱོར་  
 གོགས་སྦྱེས་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲམ་པ་ན། ཡང་འོད་གསལ་ནས་ཆངས་པའི་  
 འཇིག་རྟེན་དུ་སྦྱེས་པ་ལ་ཤིང་ལས་སྦྱེས་སུ་རྟོག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་འོད་  
 གསལ་ནས་འདྲོད་ལྷ་དང་། བྱང་དང་རུབ་དང་ཤར་དང་སྤྱིང་འདྲིའི་མི་  
 རིམ་གྱིས་སྦྱེ་ལ། སེམས་ཅན་གང་རུང་གཅིག་བདག་པོ་སྦྱང་བའི་ལས་ཀྱིས་  
 དམུལ་བར་གཤིན་རྗེའི་རྒྱལ་པོར་སྦྱེ་ཞིང་། ཡི་དུགས་དང་དུད་འགྲོ་དང་  
 དམུལ་བ་ཆགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཆགས་པ་ལ་བར་བསྐལ་བཅུ་དགའོ། །







ཆགས་པ་རྫོགས་པ་དང་གནས་པ་ཚུམ་པ་དང་། མནར་མེད་པར་གཅིག་  
 གྱུས་པ་དང་། ཆོ་ལོ་དཔག་མེད་ནས་འགྲིབ་པ་ཚུམ་པ་དུས་མཉམ་མོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། བར་གྱི་བསྐལ་པ་ནི་དཔག་མེད་ནས་འགྲིབ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ།  
 ཆོ་ལོ་བརྩུ་པར་ཐུར་པའི་བར་དུ་སྟེ་ཡ་ཐོག་རིང་པོ་ཞེས་གྲགས་ལ། འགྲིབ་  
 རྒྱུ་ལོག་ཏུ་འཆད་དོ། །ཡང་དེ་ནས་ཡར་སྟེ་བ་དང་། མར་འགྲིབ་པ་བྱང་  
 ཏུ་བྱས་པའི་བསྐལ་པ་ཡ་ཐོག་མ་ཐོག་ལས་གཞན་བཅོ་བརྒྱད་དེ། སྟིང་རྩེ་  
 པད་དཀར་དུ། ཆོ་ལོ་བརྩུ་པའི་ཆེ་རྩེ་བརྩུན་བྱམས་པ་བྲུ་གང་པ་ཞིག་  
 འཕྱོན་ཏེ། ལུས་ཆེ་བའི་རྒྱ་མི་དགེ་བ་སྤངས་པའོ་ཞེས་གསུངས་པས། ལུས་  
 གྱི་གསུམ་སྤངས་པས་ཉི་ཤུ་པ་དང་། ལྷ་བརྩུ་པ་དང་། བརྒྱ་པ་དང་། དག་  
 གི་བཞེ་སྤངས་པས་ཉིས་སྟོང་པ་དང་། ཡིད་གྱི་གསུམ་སྤངས་པས་བཞེ་བྲི་  
 པ་དང་། ས་དང་མར་བཟུང་བས་བརྒྱད་བྲི་བར་འཕེལ་བར་གསུངས་མོ། །  
 ཡང་ཡར་སྟེ་ཞིང་འཕེལ་པ་ནི་བར་བསྐལ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། མ་ཐོག་རིང་པོ་  
 ཞེས་གྲགས་མོ། །ཡར་སྟེ་བ་རྣམས་རིམ་ཏུ་སྟེ་ཞེ་ན། ཡར་འཕེལ་བ་བརྩུ་  
 དགུ་པོ་དེ་དག་ཆོ་ལོ་བརྒྱད་བྲི་བར་དུ་སྟེ་ཤོ། །ཐོག་ཆེན་དུ་ནི་མ་ཐོག་རིང་  
 པོ་ཆོ་ལོ་དཔག་ཏུ་མེད་བར་བཤད་དོ། །ཐོག་མཐའི་རྒྱང་པ་དང་བར་གྱི་  
 ལྷག་པ་རེ་དུས་མཉམ་ལ། ལོ་རི་སྟེང་རེ་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་ཅེ་ན། དགེ་  
 སྟོན་སྟེང་པ་སྟོབས་ཆེ་རྒྱུད་གིས་ལོ་འཕེལ་འགྲིབ་སྟོབས། དེ་མཆུངས་སུ་  
 འཁྱུར་དོ། །ཚུལ་དེ་ལྟར་འཛིག་ཉེན་ཆགས་པ་འདི་བར་གྱི་བསྐལ་པ་  
 བཟང་པོ་ཉི་ཤུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐལ་པ་བཟང་པོ་འདིའི་གནས་སྐལ་  
 ལ་སངས་རྒྱས་སྟོང་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་  
 མདོ་ལས། སྟོན་བསྐལ་པ་མཛོད་པར་སྤྲང་བ་ལ་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་རྣམ་





ཕར་བརྒྱན་ཕར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་རིན་ཆེན་  
 ལྷ་ཆོགས་བཀོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱོན་པའི་ཚེ། སངས་རྒྱས་མར་མེ་  
 མཛེད་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་འཁོར་བསྐྱར་དུ་ཡུར་པ་ལ་སྤྲས་  
 ལྷང་ཡོད་པ་རྒྱལ་པོ་དེས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་ཞུགས་པར་ཤེས་ཏེ།  
 གང་སྟོན་ལ་འཆང་བྱ་བ་ཉུག་པའི་ཕྱིར་རིན་ཆེན་ལྷ་བདུན་གྱི་བུམ་པའི་.....  
 བྱང་དུ་མཆོན་བྱང་རྣམས་བཅུག་ནས་ཞག་བདུན་མཛེད་པ་བྱས་ཏེ་སྟོན་...  
 པས། སྟོན་ལ་ཆེ་ཤོས་རྣམ་པར་དག་པའི་སློབ་ཤོས་བྱང་སྟེ་དེ་སངས་རྒྱས་  
 འཁོར་བ་འཇིག་གོ། བྱི་མ་ལ་རྒྱལ་བུ་རྒྱུད་ཤོས་སློབ་ཤོས་མཐའ་ཡས་བྱང་སྟེ་  
 དེ་སངས་རྒྱས་མོས་པའམ་སྤང་མཛེད་དོ། །བཅུན་མོ་དམ་པ་མ་སྤྲད་པའི་  
 པར་དུ་རྩལ་ཏེ་སྤྱོད་པའི་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་སེམས་པ་སངས་རྒྱས་སྤྱང་གི་སྤྱད་དང་  
 བཅུན་པ་བསྐྱར་བར་སྟོན་ལམ་བཟུང་པ་ནི་ཕྱག་ན་དོ་རྩེའོ། །བཅུན་མོ་  
 དཔེ་མེད་པའི་ཕང་དུ་སྤྱོད་པའི་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་སློབ་ཤོས་སངས་རྒྱས་སྤྱང་ལ་.....  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བར་བསྐྱལ་བའི་སྟོན་ལམ་བཟུང་པ་ནི་ཆངས་པ་.....  
 གཙུག་ཕྱད་ཅན་ནོ། ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། སྤྱིང་རྩེ་པད་དཀར་དུ། བར་  
 བསྐལ་དང་པོ་འདིའི་ཆོལ་བཞི་ཁྲི་པ་ལ་སངས་རྒྱས་འཁོར་བ་འཇིགས། །  
 ལུམ་ཁྲི་པ་ལ་གསེར་ཐུབ། ཉིས་ཁྲི་པ་ལ་རྒྱལ་བ་འོད་སྤྱངས། བརྒྱ་པ་ལ་  
 འདྲེན་པ་སྤྱུའི་ཏྲིག་འབྱོན་པར་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །ཕྱིས་བརྒྱད་ཁྲི་པར་  
 འཕེལ་བ་ན། མགོན་པོ་བུམ་པ་འབྱོན་ཏེ། འཁོར་དག་བཙམ་ཁྲག་ཁྲིག་  
 ཕྱག་དཔྱད་དང་། ཐེར་འབུམ་ཆེན་པོ་ཕྱག་དཔྱད་དང་དོ། །ཡུང་བཞི་ལས་  
 དེའི་ཆེ་བྱི་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྤྱིན། བྱི་བདག་ནོར་བུ་བཟང་དུ་  
 ཡུར་ཏེ། དག་བཙམ་པ་ཐོབ་པར་གསུངས་སོ། །བསྐལ་པ་འདིའི་འོག་དུ་





ལུག་བསྐལ་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་འབྱུང་། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་བརྟན་འབྱུང་  
 ཞེས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཕྱེ་སྒྲོད་དུ་འབྱུང་ངོ་། །དེའི་འོག་དུ་འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་མདོན་པར་དང་བ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏེ། སློབ་དཔོན་  
 ལྷ་སྦྱབ་སངས་རྒྱས་ལེ་ཤེས་འབྱུང་གནས་འོད་ཅེས་བྱ་བར་འཛང་རྒྱ་ཞེས་་་་  
 མདོ་ཕྱེ་སྒྲིན་ཆེན་པོར་བཤད་ངོ་། །གནས་བསྐལ་གྱི་དུས་དེ་དང་ཆགས་པ་  
 དང་འཇིག་པ་དང་ཞིག་ཅིང་སྟོང་ས་ནས་འདུག་པ་གསུམ་དུས་བར་བསྐལ་  
 ཉི་ཤུར་མཉམ་མོ། །ཞིག་པའི་ཆེ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་ཀྱང་དུས་མཉམ་པར་  
 ཚེའོ། །གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། ཞར་ལ་གང་ཟག་གསུམ་  
 འབྱུང་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བར་བསྐལ་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་དག་བསྒྲམས་པ་  
 བརྒྱད་ཅུ་ལ་ནི་བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །འདི་ནི་བསྐལ་པ་བཟང་པོ་  
 འདིའི་དབང་དུ་བྱས་གྱི་སྒྲོན་ལམ་དང་དགེ་བའི་རྩ་བའི་དབང་གིས་དེ་་་་་  
 ལས་རིང་བ་ཡོད་དེ། སལ་པོ་ཆེར། མི་མཛེད་དང་། བདེ་བ་ཅན་ལ་སོགས་  
 པའི་འཇིག་རྟེན་བརྒྱ་གཅིག་ལས། སྤ་མའི་བསྐལ་པ་ཕྱི་མའི་ཞག་རེར་  
 བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་འབྱུང་ཚུལ། རང་  
 རྒྱལ་འབྱུང་ཚུལ། འཁོར་བསྐྱར་འབྱུང་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། བསྐལ་ཆེན་  
 དེ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་བསགས་པ་ལས་སངས་རྒྱས་འབྱུང་ངོ་། །  
 གངས་མེད་ནི། གངས་གཏན་མེད་མ་ཡིན་གྱི་ལྷང་སེལ་བྱར། གངས་གྱི་  
 གནས་གཞན་དུག་ཅུ་གསུངས་པའི་ཐ་མ་སྟེ། །གཅིག་བརྒྱ་བརྒྱ་སྟོང་གི་  
 འབུམ་དང་། །ས་ཡ་བྱི་བ་དུང་ལྷུར་རྣམས། །ཁླ་པོ་མེད་པའི་གངས་སུ་  
 བཤད། །ཆེན་པོའི་ཁླ་དང་བཅས་པ་ནི། ཁེར་འབུམ་ཁྲག་ཁྲིག་རབ་བཀམ་  
 དང་། །གཏམས་དགྲིགས་མི་འབྲགས་ཁྱད་འབྱིན་དང་། །སྤང་རྟེན་དེད་





འདྲེན་མཐའ་སྤང་དང་། རྒྱ་རིག་འོད་མཛེས་དབང་པོ་དང་། ལེགས་  
 འབྱེན་རྟོགས་འགྲོ་འབྱེད་རྩལ་དང་། རྒྱ་རྟགས་སྟོབས་འཁོར་བརྟེན་  
 དང་། རྣམ་བྱུང་སྟོབས་མིག་ཉི་ཤུ་གཅིག བྱངས་མེད་ཀུན་ཀྱང་བརྩ་  
 འབྱུར་བསྐྱེ། བར་ནས་བརྒྱད་ནི་མ་ཆེད་དོ། བྱངས་མེད་གསུམ་ནི་ཉན་  
 ཐོས་སྒྲེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོགས་ལམ་ཉིད་དུ་རྫོགས་པར་འདོད་ལ། ཐེག་ཆེན་  
 པས་མོས་སྦྱོད་དང་མ་དག་ས་བརྩན་དང་དག་པ་ས་གསུམ་དུ་རྫོགས་པར་  
 འདོད་དོ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཡར་འཕེལ་དང་མར་འགྲིབ་གང་ལ་འབྱུང་  
 བེན། མར་འགྲིབ་པའི་བརྒྱད་ཁྲི་པ་ནས་བརྒྱ་པའི་བར་ལ་སངས་རྒྱས་དེ་  
 དག་འབྱུང་རོ། ཡར་འཕེལ་གྱི་ཆོ་མི་འབྱུང་སྟེ། གཏུལ་བྱ་རྣམས་སྦྱོ་བ་  
 སྦྱིད་དཀའ་བའི་ཕྱིར། བརྒྱ་པ་མན་ཆད་དུ་ཡང་མི་འབྱུང་སྟེ། ཆོ་དང་རྩས་  
 དང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལྟ་བ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་སྟིགས་མ་སྟེ། ལྷ་པོ་ཤས་  
 ཆོ་བའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་པ་ལྟར་ན། སྦྱིང་རྩེ་པད་དཀར་དུ། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་མཐེ་བོང་ཅན་ཞེས་བྱ་བར། མཐེ་བོང་གི་ཆད་ཅམ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་  
 བར་དུ། ཆོ་ལོ་བརྩ་པའི་ཆོ་སངས་རྒྱས་སྐར་མ་ལ་དགའ་བ་འབྱོན་པར་  
 གསུངས། མདོ་བསྐལ་བཟང་དུ། མི་ཡི་འདྲེན་པ་སྤང་མཛད་པའི། མི་  
 རྣམས་ཆོ་ལོ་དཔག་དུ་མེད། སངས་རྒྱས་དགུ་བརྒྱ་དགུ་བརྩ་དགུ་ས། རི་  
 སྟེད་མཛད་ཀུན་དེས་མཛད་འབྱུར། ཞེས་ཀྱང་བཀའ་སྤྲུལ་དོ། གཉིས་པ་  
 རང་རྒྱལ་འབྱུང་ཚུལ་ནི། རང་རྒྱལ་དུས་གང་གི་ཆོ་འབྱུང་བེན། རང་རྒྱལ་  
 རྣམས་ཡར་འཕེལ་དང་མར་འགྲིབ་གཉིས་ཀལ་འབྱུང་རོ། ཚེ་ཤེས་ལས།  
 རྫོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་བྱུང་ཞིང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བཟང་པ་ན། །  
 རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། བརྟེན་པ་མེད་པར་རབ་དུ་སྐྱེ། ཞེས་པ་





ལྟར་རོ། །རང་ཀྱལ་བསེ་རུ་ལྟ་བུ་ནི། བསྐལ་ཆེན་བརྒྱུ་ཚོགས་ལམ་གྱི་  
 སྐབས་སུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་རྒྱ་ཚོགས་ལ་སྦྱོང་པའི་མཐུས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་སྟེ།  
 དེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ནས་ཟད་ཤེས་གྱི་བར་མཉམ་བཞག་ཐུན་གཅིག་ལ་……  
 ལེམས་བསྐྱེད་པས་རྒྱུད་ཤིན་རུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཆེ་བ་ནི་རང་ཀྱལ་  
 ཚོགས་སྦྱོང་མི་འདོད་པས་དེའི་ཚོགས་གསོག་ཚུལ་སོགས་དངོས་སུ་མ་……  
 བཀོད་དོ། །གསུམ་པ་འཁོར་བསྐྱར་འབྱུང་ཚུལ་ནི། འཁོར་ལོ་བསྐྱར་ཀྱལ་  
 ཏུས་ནམ་འབྱུང་ཞེ་ན། འཁོར་ལོས་ཀྱལ་གྱིད་བསྐྱར་བའི་ངང་ཚུལ་ཅན་  
 འབྱུང་བ་ནི་ཆོ་ལོ་དཔག་མེད་ནས་སྟོང་ཕག་བརྒྱད་ཅུའི་བར་ལ་འབྱུང་གི།  
 དེ་ལས་མི་འཕྱི་སྟེ། དེ་མན་ཆད་རུ་ལོངས་སྦྱོང་མི་རྟོགས་པས་སོ། །རིན་པོ་  
 ཆེ་བརྟན་ཕག་གསུམ་ལས། མཚོག་གི་རིན་ཆེན་སྟེ་བརྟན་ནི། དེ་ཆོས་བཙོ་  
 ལུ་ལ་བྱས་བྱས་ནས་བསྟེན་གནས་ལ་གནས་ཤིང་སྟོན་པའི་ཚོགས་གྱིས་……  
 བསྐྱར་ཉི་འདུག་པ་ན། ཤར་ཕྱོགས་ནས་ལྟའི་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ཆོག་  
 གིས་ལས་ཐམས་ཅད་པས་བྱས་པ་ཀྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞིས་ཀྱལ་པོ་ལ་བརྟན་……  
 པར་འབྱུར་རོ། །ཞིས་རང་འགྲེལ་རུ་མདོ་དྲུངས་པ་ན་ལོ། །མདོ་དང་  
 གདགས་པར་རིན་པོ་ཆེ་དེ་བཅོས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་པས་སྦྱུལ་……  
 པར་བཤད་དོ། །དུན་བ་ཉེར་བཞག་རུ་གསེར་ལས་བྱས་པ་དཔག་ཆད་ལྟ་  
 བརྒྱུ་པ་ཅིབས་སྟོང་ཡོད་པ་མཛོས་པ། ནཱ་མཁའ་ལ་དཔག་ཆད་འབུམ་རུ་  
 ཉི་མ་གཅིག་གིས་འགོ་བ། སྤིང་བཞི་དང་ལྟའི་རིས་སུ་འང་སྤང་པོ་ཆེ་ལ་  
 སོགས་པ་ཀུན་ནཱ་མཁའ་ལ་འགོ་བ། ཀྱལ་པོས་མི་ཐོས་པ་ཐོས་པར་བྱེད་  
 པ། འགན་པའི་རྒྱ་མེད་པར་བྱེད་པ། ཀྱལ་པོ་ཤི་ནས་སྟོ་ཁང་རུ་བྱག་སྟོད་  
 པས་བུ་ལ་མི་ཕན་ནོ། །ནོར་བུ་ནི་མི་ཆེན་པོའི་བརྒྱ་ཅམ་པ་བྱུར་བརྒྱད་པ་





སྟེ། མཚན་མོ་དཔག་ཚད་བརྒྱར་འདྲ་འབྱུང་བ། ཚ་བའི་རྒྱལ་སྤྱོད་བསེལ་བ་  
 འབྱུང་བ། སྐྱམ་པའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ། རྒྱལ་  
 བོས་ཅི་བསམ་པ་འབྱུང་བ། འདྲ་སྤྱོད་ཆོག་ལྟ་བུ་ཞིང་དཔག་ཚད་བརྒྱར་  
 བྱེད་མེད་པར་བྱེད་པ། ཇི་ལྟར་འདྲ་པའི་འབྲས་སུ་འབྱུང་བ། ལྷན་ལེར་  
 བ་འབེབས་མི་རྒྱས་པ་ཡུལ་ཀུན་ལྟོན་པ་དང་མཆོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆོག་པར་.....  
 འབྱུར་བ། མི་རྒྱལ་སྤྱོད་མ་ཡིན་པར་མི་འཆི་ཞིང་། རྒྱད་འགྲོ་གང་གིས་  
 ཀྱང་མི་གཞོད་པ་ཞིག་དབང་པོས་སྟེར་རོ། ཀྱང་གསུང་པ་དང་ས་འགྲེལ་དུ།  
 ལྷན་ལྷན་ཆེན་བཞིས་འབུལ་བར་བཤད་དོ། བཅུན་མོ་ནི་ལྷན་ལ་ཅན་  
 དན་དང་། ལ་ལ་ལྷན་ལ་རྒྱུ་འབྱུང་བ་དང་། རེག་ན་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་  
 བཞེས་སྐྱམ་དང་ལྷན་ལ་ལྷན་ལ་བ། ལྷན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཞིང་རྒྱལ་སྤྱོད་བསེལ་  
 བར་བྱེད་པ། ལྷན་པོ་བཅའ་བ་ཞིག་སྟོན་པོས་འབུལ་ཏེ། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་  
 ལྷན་སྟེ། ཀྱང་གསུང་པར་ནི་སྤྱོད་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་དུ་འཆི་བར་  
 བཤད་དོ། སྟོན་པོ་ནི་བྱ་བ་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཤིས་ཤིང་བྱེད་པ། མི་དགེ་བ་  
 སྤངས་ཤིང་ཉོན་མོངས་མེད་པ། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་པ་མ་ལྟར་པན་པའོ། །  
 ལྷན་པོ་ཆེ་ནི་ཅང་ཤིས་ཤིང་བཀའ་ཉན་པས་པ་རོལ་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་  
 ལྷན་པོ་ཆེ་སྟེང་གི་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་ཆུ་དང་སྐྱམས་ས་དང་བར་སྤྱང་གསུམ་ལ་  
 གཡུལ་འགྲེང་བ། ཉོན་གཅིག་ལ་འཇོམ་སུ་སྤྱིང་ལན་གསུམ་འཁོར་བ།  
 ཤིན་དུ་རྒྱལ་ཞིང་ཞོན་པ་ན་བསྐྱལ་མི་དགོས་པ་དལ་སྤྱོད་འགྲོ་བ་ཞིག་.....  
 དབང་པོས་སྟེར་རོ། ལ་འགྲེལ་དུ་ལྷན་པོ་རབ་བརྟན་གྱི་སྤྱོད་ཆུང་ཞེས་  
 བཤད་དོ། ལྷན་ཆོག་ནི་ཀུན་ལྟར་དང་རྒྱུད་ལྟར་དཀར་བ། ལྷན་པོ་དང་  
 ཡོན་ཏན་མཆོངས་པ་ཞིག་དབང་པོས་སྟེར་རོ། ལ་འགྲེལ་དུ་རྒྱལ་པོ་





སྤྱིན་གྱི་ཤུགས་ཅན་གྱི་བུ་ཐ་ཆུང་ལུས་སྡེ་ལ་མགོ་ནག་པ་ཞེས་ཀྱང་རྟོ། །  
 གདགས་པར་རྟུབ་སྟུགས་ཀྱི་སྤྱིང་པ་ན་ཁམ་བུ་ཅན་ན་རྟེན་ཆུལ་པོ་སྤྱིང་.....  
 གིས་བསྐྱར་བ་ཡོད་པ་ལ། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་འཛིག་རྟེན་  
 ཏུ་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་གྱིས་ལ་རྟ་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱོ་བས། བུ་ཐུ་པོ་  
 གཏོང་ཞིང་དེ་ཆུལ་པོའི་སྤར་ཤིན་དེའི་འོག་མ་གཏོང་ལ་ཆུལ་པོ་སྤར་ཤིན་  
 རྟ་རང་གནས་སུ་ཐོག་པར་བཤད་དོ། །བྱིམ་བདག་ནི་བང་མཛོད་གསེར་  
 དངུལ་གྱིས་འགོངས་ཤིང་ཆུལ་པོའི་བཀའ་ཉན་པ་སྟེ་པོ་ཀུན་ལ་མི་གནོད་....  
 པའོ། ཞེས་སོ། ཆུལ་པོ་སྤར་སུ་བྱིམ་བདག་ནི་མཛོད་ཀྱི་སྤྱན་དང་། སྤྱིན་  
 པོ་ནི་དཔུང་གི་སྤྱན་ལྟ་བུའོ། ཞེས་འཆད་དོ། ཉེ་བའི་རིན་ཆེན་སྡེ་བརྟན་  
 ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ཏུ། རལ་གྱི་ནི་ཆུལ་པོ་དང་འགལ་བ་བྱེད་འདོད་པ་དེར་  
 སོང་སྟེ། མ་བཟབ་ཀྱང་ཀུན་གྱིས་འདུད་པའོ། །པགས་པ་ནི་རྩུབ་དཔག་  
 ཚད་བཅུ་པ། ཞིང་ཏུ་དཔག་ཚད་ལྔ་པ། ཆར་གྱིས་མི་བརྒན་ཅིང་རྒྱུང་གིས་  
 མི་བསྐྱོད་ལ་གྲང་ན་རྩོ་ཞིང་། ཚན་བསེལ་བར་བྱེད་པ། ཉི་ཟླའི་འོད་སྤང་  
 བ། ལྷའི་པགས་པ་བརྒྱ་མཚོ་ནས་བྱུང་བ་གང་འགྲོ་སར་སྤོན་པོས་བྱིར་འོང་  
 བ་ཞིག་ཚོང་པས་འབུལ་ལོ། །ཁང་པ་ནི་རྩུབ་དཔག་ཚད་བཅུ་གཉིས་པ།  
 ཞིང་ཏུ་བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཟླ་བ་དང་རྒྱ་སྐར་བལྟ་བར་འདོད་ན་ཁང་  
 བ་དེར་འོང་བ། ཟླ་ལམ་དགེ་བ་མཐོང་བ་གྲང་ན་རྩོ་ཞིང་ཚན་བསེལ་བའི་  
 རྒྱུང་ལྔ་བ་དེར་ལྟ་མོ་འོངས་ནས་རྣམ་ལྟ་བྱེད་པའོ། །ཤོས་ནི། འཇམ་ལ་  
 དྲི་མ་མེད་པ་གྱུན་ན་ཚ་གྲང་བཀེས་སྐྱམ་ངལ་དུབ་གྱིས་མི་གནོད་པ་མེས་མི་  
 ཚོག་ཅིང་མཚོན་གྱིས་མི་ཚོང་པའོ། །ཚལ་ནི། ཆུལ་པོས་དེར་བྱིན་པ་ན།  
 ཚལ་གྱིས་མཐུས་ལྟའི་བུ་མོ་དང་བྱ་ལ་སོགས་པ་འོངས་ཏེ་འདོད་ཡོན་ལ་.....





སྤྱིང་པའོ། །མལ་ཆའི། བསམ་གཏན་བྱེད་ན་རྣམ་པར་གྲོལ་ཁིང་སྒོ་གསལ་  
 ལ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མི་སྦྱེ་བའོ། །ལྷུ་མ་ནི་གྱུན་ན་ཆུ་ལ་མི་བྱེད་པ།  
 ཡུང་ཅམ་གྱིས་དཔག་ཚད་བརྒྱར་འགོ་བ་ལ་ངལ་བ་མེད་པའོ། །རིན་ཆེན་  
 བདུན་ནི། གསེར། དངུལ། བེ་རྒྱུ། མེལ། སྤྱག་རྩོམ་སྤྱོད་པོ། ལུ་ཏིག་  
 དམར་པོའོ། །མི་སྦྱོང་རེ་ཐུབ་པའི་བྱ་སྦྱོང་དང་དགྲ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་  
 མདའ་གཞུ་འབྱུང་ངོ་། །འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་དེ་ལ་རིགས་དུ་ཡོད་ཅེ་ན།  
 གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་། དངུལ་དང་། ཟངས་དང་།  
 ལྷགས་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅན་ནོ། །དེ་རྣམས་ལས་རིམ་བཞིན་སྤྱིང་གཅིག་དང་  
 གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞི་ལ་དབང་བྱེད་དོ། །སྤྱིང་གཅིག་ནི་འཛམ་གྱི་  
 སྤྱིང་། གཉིས་ནི་ཤར་ལྷོ་གཉིས། གསུམ་ནི་བྱང་སྤྱིང་མ་གཏོགས་པ་གསུམ།  
 བཞི་ནི་སྤྱིང་བཞི་ཀའོ། །འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་མི་  
 འབྱུང་སྟེ། འགན་ཁྲུ་མེད་པའི་ལས་བསགས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་སངས་  
 རྒྱས་བཞིན་ནོ། །བྱེ་བྲག་སྤྱོད་བས་ཁིང་ཀུན་ཏུ་སངས་རྒྱས་རེ་རེ་ལས་མི་  
 འབྱུང་བར་འདྲ་དོ། །ཕལ་ཆེན་སྟེ་པ་ནི། ཁིང་གཅིག་ཏུ་གཉིས་མི་འབྱུང་  
 བའི་དོན་ཏུ་འདྲ་དོ། །ཐེག་བསྐྱས་སུ་སྤྱིང་བཞི་པ་གཅིག་ཏུ་མི་འབྱུང་བར་  
 བཤད། བརྒྱད་སྟོང་འགྲེལ་ཆེན་ཏུ། སངས་རྒྱས་གཉིས་སམ་མང་པོ་བྱོན་  
 བས་འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་ཡོད་ན། ཏུ་མ་འབྱུང་བར་བཤད་དེ། ཕལ་པོ་  
 ཆེ་ལས་ལ་ལར་སངས་རྒྱས་མང་པོ་ཞིས་ལྟར་རོ། །འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིང་བཞི་ལས་ཇི་ལྟར་རྒྱལ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། གསེར་གྱི་འཁོར་  
 ལོ་ཅན་ཁམས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནན་རྣམས་ཀྱིས་བསུས་ནས་འདུད་ཅིང་བཀའ་ཉན་  
 ནོ། །དངུལ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཅན་ནི། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐད་དུ་རང་ཉིད་འགོ་བས་







འདུད་པར་ནི་པོ་ཉ་བཏང་བས་འདུད་ཅེས་སོ། །ཟངས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅན་  
 ནི་སོང་སྟེ་གཡུལ་བཤམས་པས་འདུད། ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཅན་ནི་སོང་སྟེ་  
 མཚོན་བསྟན་པར་བཅམས་པས་རྒྱལ་བར་བྱེད་དོ། །འོན་ཀྱང་གཞོན་པ་  
 མེད་ཅིང་། རྒྱལ་ནས་སེམས་ཅན་རྒྱལ་དགེ་བ་བརྩུ་ལ་འགོད་པས་དེ་  
 རྒྱལ་དེས་པར་སྤར་སྟེ་ལོ། །གདགས་པ་ལས་གསེར་གྱི་འཁོར་བསྟར་ནི་  
 འཁོར་ལོ་འི་རྩེས་སུ་དཔུང་དང་བཅས་པ་བྱོན་ནས་བཞུགས་པ་ན། ཐོས་མ་  
 ཐག་ཏུ་རྒྱལ་ཕྱན་རྒྱལ་སོང་ནས་འདུད་ལ། དཔུལ་འཁོར་ཅན་ལ་ནི་ཐོས་  
 མ་ཐག་ཏུ་མི་འདུད་པར་དཔུང་འདེགས་པའི་ཆེ་འོངས་ནས་འདུས་པར་  
 བཤད། ས་སྟེ་ལས། སྤིང་འདིའི་མཐར་འཁོར་ལོས་བསྟར་བའི་རྒྱལ་པོའི་  
 ལམ་གསེར་གྱི་རང་བཞིན་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་པའི་ཤུས་ལྷུབ་ཅམ་རྒྱ་  
 མཚོར་ལུབ་པ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱལ་པོ་བྱུང་བ་ན་རྒྱ་བསྐྱམས་ནས་ལམ་གསལ་  
 པོ་བྱུང་བར་བཤད་དོ། །རྒྱལ་པོ་འདི་རྒྱལ་ནི་སྟེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཚན་སོ་  
 གཉིས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་གཞན་ལས་ཁྱད་ལྷགས་སོ། །འོ་ན་ཐུབ་པའི་མཚན་  
 དང་ཁྱད་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ཐུབ་པའི་མཚན་སོ་གཉིས་ནི། རང་ཡུལ་ལས་མ་  
 ཡོ་བར་གནས་པ་དང་། འོད་གསལ་ལ་ཆ་ཤས་རྣམས་པས་ཁྱད་པར་  
 འཕགས་པས་སོ། །འདིའི་རྒྱ་ནི་བྱམས་པ་སྒྲིམ་པ་དང་། མཚོད་རྟེན་ལ་  
 ཐུག་བྱ་བ་སོགས་སུ་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་ཡ་ཐོག་རིང་པོའི་འགྲིབ་ཚུལ་  
 ལ་གསུམ་སྟེ། བསྐལ་པ་དང་པོའི་ཁྱད་པར། ཇི་ལྟར་འགྲིབ་པའི་ཚུལ།  
 འགྲིབ་པའི་མཐར་གང་འབྱུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་བསྐལ་པ་དང་པོའི་མི་  
 རྒྱལ་ས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་དང་བཅས་སམ་ཞི་ན་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་བསྐལ་པ་  
 ཆགས་མ་ཐག་གི་སེམས་ཅན་མི་རྒྱལ་ས་གཟུགས་ཅན་གྱི་ལྷ་བཞིན་ཏེ། ཡིད་





ལས་བྱང་བ་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་དང་དབང་པོ་ཆང་བ་རང་འདྲ་ཅན་...  
 རྒྱལ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ། ཟས་སྲ་དགའ་བ་ཟ་བ། ཆོ་ལོ་དཔག་མེད་ཐུབ་  
 པའོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རོ་ལ་ཆགས་ཏེ་སའི་བཅུད་ཁ་དྲིག་  
 མར་གསར་འདྲ་བ། རོ་སྤང་ཅི་མ་སྒྲོལ་བ་ལྟར་མངར་བ་སའི་སྤྲོད་དུ་ཆུས་  
 བྱལ་བ་ལ་རྒྱུད་གིས་སྤྲིས་མར་བྱས་པ་བྱུང་སྟེ། དེ་སེམས་ཅན་བཟམ་  
 ཆགས་ཅན་ཞིག་གིས་སོར་མོའི་ཅེས་བྲངས་ཏེ་ཟོས་པས་མི་གཞན་རྒྱལས་...  
 ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་ཁམ་ཟས་ཀྱི་དང་པོའོ། །དེས་ལུས་སྤྲུའིང་སྤྲེ་ལ་འོད་  
 རུབ་ནས་ཐུན་པ་བྱུང་ངོ་། །དེ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུས་  
 ཉི་ཟླ་བྱུང་ཞིང་། ལྷའི་བུ་ཉི་ཟླ་གཉིས་ནི་རི་རབ་ཀྱི་སྤྲེའམ་བྱང་གི་ངོས་གང་  
 དུ་སོང་བ་མཐོང་བ་དེར་ཕྱིན་ཏེ་འཇིག་གོ། །དེ་ནས་ས་ཞག་སེར་པོ་སྤང་  
 ཅིའི་རོ་ཅན་བྱུང་བའང་ཐུངས་པས་རུབ་པོ། །དེ་ནས་ལྷུ་མ་གྱི་ཚུལ་ལྟར་  
 སྤང་བའི་སྤང་ཅིའི་རོ་ཅན་ཡང་ཐུངས་པས་རུབ་པོ། །དེ་ནས་མ་ཆོས་མ་  
 བཏབ་པའི་འབྲས་སྤྲུའུ་ཤུན་པ་དང་། སུར་མ་མེད་པ་ཟོས་པས་རྒྱ་མཐུན་  
 འབྱུང་བའི་བཤང་གཅིའི་ལམ་ཡང་བྱུང་། སྤྲོན་གོམས་པས་ཚུལ་མིན་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་ཅིང་འབྲིག་པ་བྱེད་པ་ན། དེ་ལ་སྤྲད་པས་དེའི་ཆེད་དུ་བྲིམ་བྱེད་དེ།  
 མི་དགེ་བ་དང་བྲིམ་གྱི་དང་པོའོ། །ས་ལྷ་ནངས་ཟ་ན་ནངས་ལེན་པ་དང་།  
 རུབ་ཟ་ན་རུབ་ལེན་པ་ན་གཅིག་གིས་ལེ་ལོས་གསོག་འཇོག་བྱས་པ་ལྟར་...  
 ཀུན་གྱིས་བྱས་པས་བཤས་པ་མི་སྟེའོ། །དེ་ནས་ཞིང་རྒྱལས་བགོས་ཏེ་རང་  
 གི་ལ་བདག་གིར་འཇོན་པ་དང་བཅས་ནས་གཞན་གྱིས་དེ་ལ་རྒྱའོ། །དེ་  
 བསྐྱུང་བའི་ཆེད་དུ་འདུས་ནས་དེ་རྒྱལས་ཀྱི་མི་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཞིང་...  
 དཔོན་དུ་བསྐྱོས་ནས་རང་རང་གི་སྟོན་ཐོག་གི་དུག་ཆ་བསྟུབས་ཏེ། དེ་ནི་



མང་པོས་བཀྱར་བ་ཞེས་པ་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་དང་པོ་ལྟོ། །དེ་ནས་ཕྱིས་རྒྱལ་པོ་  
གང་རུང་ཞིག་གིས་རྒྱན་པོ་རྣམས་གསོད་ཅིང་དེར་བདག་གི་མ་རྒྱས་ཞེས་ཀྱང་  
རྒྱན་སྤྲོད། དེ་ནས་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་ལྟག་སྟེ། འཕེལ་བས་ཆེ་ཁད་  
ཀྱིས་འགྲིབས་པས་མཐར་ཆེ་ལོ་བརྩུ་པར་གྱུར་རྟེ། དེ་ནི་ཆོ་རྒྱལ་པ་ཡིན་ལ།  
ལྷས་རྒྱལ་པ་ལྷས་མཐོ་གང་ཆང་པ་གང་། ཡོ་བྱད་རྒྱལ་པ་ཟས་ཀྱི་མཆོག་ཁྱི་  
མོད་དང་། གོས་ཀྱི་མཆོག་སྒྲིའི་ལྷ་བ་དང་། རྒྱན་ཀྱི་མཆོག་མཆོན་ཆ་སྟེ།  
འོ་མ་དང་ཞོ་ཡོད་ཀྱང་མར་མི་འབྱུང་། ཉི་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཉི་ལ་མར་མི་འབྱུང་།  
བྱར་ཤིང་དང་དེའི་ཁུ་བ་ཡོད་ཀྱང་བྱ་རམ་མི་འབྱུང་། ལན་ཚུ་ཡེ་མེད་དོ། །  
གསུམ་པ་འགྲིབ་པའི་མཐར་གང་འབྱུང་བ་ནི། བར་གྱི་བསྐལ་པ་ནི།  
མཆོན་དང་ནད་དང་ཕྱ་གཤི་བསྐལ་པ་དག་གིས་མཐར་འབྱེན་རྟེ། ཆེ་ལོ་  
བརྩུ་པ་ན། མི་རྣམས་ཕན་ཚུན་རྩོད་པས་རི་དྲགས་མཐོང་བ་བཞིན་གནོད་  
ལེམས་མི་ཟད་པར་འབྱུར་ལ། གང་སྤངས་པ་རྣམས་མཆོན་ཆ་རྩོད་པོར་  
གྱུར་རྟེ། གསོད་རེས་བྱེད་ལ་གསད་ཆོད་དཔུལ་བར་སྟོལ། ཁད་ནི་མི་མ་  
ཡིན་རྣམས་ཀྱིས་ཡམས་ནད་གསོར་མི་རུང་བ་གཏོང་སྟེ་ཕལ་ཆེར་འཆིལ། །  
ཕྱ་གཤི་ནི་མི་དགེ་བའི་ཉེས་བས་ལྷས་ཆར་མི་འབེབས་པས་ཕན་ཚུན་འདུས་་་  
ཏེ་འཆིབ་དང་། མ་འོངས་པའི་སྟེ་པོའི་དོན་དུ་ས་པོན་གཤམ་ཅེའི་ནད་དུ་  
འཛོག་པས་གཤམ་ཅེ་པ་དང་། རུས་གོང་དཀར་པོ་བསྐྱུས་ཏེ་བཀོལ་ནས་  
འཐུང་པས་རུས་གོང་དཀར་པོ་བ་དང་། ཐུར་མས་ཅིགས་ལྷག་ནས་འབྱུ་  
བྱས་པ་རྒྱུར་བསྐོས་ཏེ་འཐུང་པས་ཐུར་མ་པ་སྟེ་གསུམ་མ། །གང་ཉི་མ་  
འགའ་ལྷོག་གཅོད་སྤངས་པ་དང་། དགེ་འདུན་ལ་ཡུ་དང་། བསོད་  
སྟོམས་འགའ་ལུལ་བ་དེ། མཆོན། ནད། ཕྱ་གཤི་ལ་མི་སྟེ་བར་བཤད་དོ། དེ་



གསུམ་དུས་རི་སྲིད་འབྱུང་ཞེན། མཚོན་ཞག་བདུན་དང་། བད་ཞག་དང་།  
 ཟླ་བ་བདུན་བདུན་དང་། ཟུ་གེ་དེ་གཉིས་དང་ལོ་བདུན་ཚན་རེ་དག་  
 འབྱུང་སྟེ། གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་འཇིག་པའི་བསྐལ་པའི་ཞར་བྱང་  
 བོ། འཇིག་པ་ནི་དུ་ཞེན། ཉི་མ་བདུན་གྱི་མེ་དང་ཆར་པའི་ཚུ་དང་རྒྱང་  
 རབ་ཏུ་འབྲུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་པ་དག་ནི་གསུམ་ཡིན་ཏེ། བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པ་དང་། སྐགས་པས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ནི་འཇིག་པ་དེ་  
 དག་གིས་ཅེ་མོ་སྟེ་ལྷག་མ་ཡིན་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་  
 གཏན་འོག་མ་གསུམ་འཇིག་པ་དེ་གསུམ་གྱིས་འཇིག་ཅེན། རྫོང་དེ་དང་  
 དེའི་སེམས་ཅན་གྱི་ནང་གི་རྫོན་དང་པོ་ན་རྟོག་དཔྱད་མེད་ལྟ་བུ་དང་།  
 དགའ་བ་ཚུ་ལྟ་བུ་དང་། དབུགས་འབྱུང་རྩབ་གྱི་རྒྱང་ཡོད་པ་དང་། ཆོས་  
 མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསམ་གཏན་བཞི་པ་ན། འཇིག་པ་དེ་གསུམ་མེད་དེ་  
 ནང་གི་རྫོན་དང་བྲལ་བས་མི་གཡོ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། བྲལ་ཚུལ་འོག་ཏུ་འབྱུང་  
 རོ། །འོ་ན་བཞི་པའི་རྫོང་རྟག་གམ་ཞེན་མི་རྟག་སྟེ། བཞི་པ་དེའི་གཞལ་  
 མེད་ཁང་རྣམས་སྐར་མ་ལྟར་ཆད་ནས་མ་འབྲེལ་བས་ན་སེམས་ཅན་དང་་་་  
 བཅས་ཏེ་འབྱུང་ཞིང་འཇིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་པ་དེ་གསུམ་གོ་རིམ་རི་  
 ལྟར་ཞེན། མེ་ཡིས་བར་མེད་པ་བདུན་ནོ། །དེའི་རྗེས་སུ་རྒྱུས་ལན་གཅིག་  
 གོ། །རིམ་པ་དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུ་བདུན་ཐལ་ནས་སྐར་ཡང་མེ་ཡིས་  
 བདུན་ནོ། །ལ་སྟེར་ནི་མེས་གཅིག་ཏུ་བཤད་དོ། །དེ་ནས་ནི་མཆུག་ཏུ་རྒྱང་  
 གིས་འཇིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་མེས་འཇིག་པ་ལྟ་བུ་ཆ་རྒྱག་དང་། རྒྱས་  
 འཇིག་པ་བདུན་དང་རྒྱང་གིས་གཅིག་སྟེ། བསྐལ་ཆེན་རེ་བཞི་ནི་དགོ་རྒྱས་  
 གྱི་ལྟའི་ཆེ་ཆད་དོ། །དེ་ཡང་རེ་གསུམ་དང་ང་བརྒྱད་ལ་དེར་ཉེ་བས་





བཏགས་པ་སྟེ་སྟོང་ཆགས་འཇིག་གི་བར་བསྐལ་གཉིས་དང་སྟོང་པའི་ཉི་ཤུ་  
 དེའི་ཆོ་ཆད་རུ་མི་རུང་བས་སོ། །འོད་གསལ་བའི་བསྐལ་ཆེན་བརྟན་དང་།  
 བར་བསྐལ་དང་བརྟན་ལ་བརྟན་རུ་བཏགས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་སྤུ་མ་ལྟར་རོ། །  
 ཆངས་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་སྟོང་ཆགས་འཇིག་གི་བར་བསྐལ་གཉིས་དེའི་ཆོའི་  
 ཆད་རུ་མི་རུང་བས་བར་བསྐལ་དང་བརྟན་ལ་རྒྱག་ཅུར་བཏགས་པའོ། །  
 ཆོས་མངོན་པ་འཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས་འཇིག་རྟེན་.....  
 བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་གསུམ་པའི་དོན་བཤད་པའོ། །

### གནས་བཞི་པ་ལས་བསྟན་པ་བཤད་པ།

བཞི་པ་ལས་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ལས་ལས་བྱང་། ལས་  
 ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ། ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །  
 དང་པོ་ནི། ཡང་སེམས་ཅན་དང་སྟོང་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་རྣམ་པ་རུ་མ་དེ་སྤྲུལ་  
 བྱས་ཤིང་། བྱེད་པ་པོ་སོགས་སུ་ཡང་མེད་ཀྱི། སེམས་ཅན་གྱི་ལས་ལས་  
 འཇིག་རྟེན་བཟང་རན་འདྲེས་པ་སྣ་ཆོགས་སྟེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 ལས་ངོས་བཟུང་། ལས་ཀྱི་རྣམ་བཞག ལས་མདོ་ལས་བྱང་བའི་དོན་ནོ། །  
 དང་པོ་ནི། ལས་དེ་ཅི་ཞིན། ལས་དེ་ནི་མདོ་ལས། སེམས་པ་དང་དེས་  
 བྱས་པའི་བསམ་པའི་ལས་གཉིས་སུ་གསུངས་སོ། །དེ་གཉིས་སྟོ་གསུམ་གྱི་  
 ལས་ཡིན་པ་དེ་ལ་སེམས་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཡིན་ཏེ། སེམས་པ་དེ་བསྟེན་  
 པའི་བསམ་པའི་ལས་ནི་ལྷན་དང་དག་གི་ལས་སོ། །འདི་ལ་བྱེ་བྲག་སྟེ་བ་དེ་  
 གསུམ་རིམ་བཞིན་ཀྱན་སྟོང་དང་རྟེན་དང་། དབང་པོས་ལས་སུ་འཛོག་སྟེ།  
 ཡིད་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་དང་། ལྷན་ལ་བརྟེན་པ་དག་གིས་ལས་  
 དང་། དག་ཉིད་ལས་ཡིན་པས་སོ་ཞེས། མདོ་སྟེ་པ་ནི་ལས་ནི་སེམས་པ་





ཉིད་དེ། དེས་ཡིད་འཇིག་པར་བྱེད་པ་འམ་ཡིད་དང་མཚུངས་པར་སྣན་པ་  
 བྱི་ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་། ལུས་ངག་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ནི་སེམས་པའི་ལས་སུ་  
 འཇོག་གོ། །གཟུགས་ནི་རི་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་ལས་སུ་མི་འགྱུར་ཞིང་དགེ་བ་  
 གཟུགས་ཅན་རྩ་འདོད་པ་ཤུག་འཁྱེད་སྤྱོད་མ་ཡིན་ཞེས་སོ། །ཀུན་ལས་བརྩས་  
 སུ་སེམས་པ་དང་བསམ་པ་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྲིག་གསུམ་གྱི་ལས་བཤད་པས། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་རྒྱུ་དང་། རྩས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་གི་སེམས་པ་ལ་བཞག་  
 དགོས་ལ། གཉིས་པ་ལ་ལུས་ངག་ནི་དངོས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་དང་། ཡིད་ཀྱི་ནི་  
 ལྟན་ཅིག་པའི་སེམས་པར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་ངག་གི་སྤྱི་བྱེད་ཡིད་ཀྱི་ལྟན་  
 ཅིག་པར་བཤད་པས་སོ། །དེས་ན་སེམས་པའི་ལས་ནི་རྒྱུད་པའི་ཀུན་སྤྱོད་  
 ཡིན་ནོ། །ལུས་དང་ངག་གི་ལས་དེ་དག་ལ་རྣམ་རིག་དང་རྣམ་རིག་མིན་པ་  
 གཉིས་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རིག་བྱེད་ཡིན་མིན་སོ་སོར་  
 བཤད། ལས་གསུམ་སྤྱི་ཚེས་ཀྱི་ངོ་བོ། །རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་བཞག་  
 གི་རང་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རིག་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་མིན་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་དང་ངག་གི་རིག་བྱེད་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ནི། སེམས་ཀྱི་དབང་  
 གི་ལུས་དེ་ལྟར་གནས་པའི་དབྱིབས་རྩལ་སུ་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱེད་ཐུག་སྟེ། བྱེད་པ་.....  
 འདོད་དོ། །དེ་ཡང་རྣམ་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་རྣམ་བྱུང་མིན་གྱི་འབྲལ་རྩ་རྒྱ་  
 མཐུན་ལས་བྱུང་བའོ། །འོན་ཀྱང་རྣམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་གསེབ་རྩ་ཞུགས་པས་  
 ལུས་ཆེར་མི་འགོ་ཞིང་། སྤྱ་བས་ལུས་སྤར་བས་ལྷེ་བ་དང་། སྤྱ་བར་ཡང་མི་  
 འགྱུར་རོ། །གནས་མ་བྱས་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་སྤྲད་ཅིག་མར་  
 འདོད་ཀྱང་འབྱས་བྱས་པའི་ཆེར་སྤྲད་ཅིག་མར་མི་འདོད་པས། འདིར་





ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ཀྱང་ཡུལ་གང་རུ་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་མ་ཞིག་པར་ཡུལ་གཞན་  
 རུ་འཕོ་བའི་འགོ་བ་ཡིན་ཏེ། ལུས་གཡོ་བ་ཉིད་ལུས་ཀྱི་ལས་ཡིན་པས་སོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །ལུས་ཀྱི་དབྱིབས་ཡུལ་གང་རུ་སྐྱར་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་མ་ཞིག་  
 པར་གཞན་རུ་འགོ་བ་མིན་པར་ཐལ། གང་རུ་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་རུ་འཇིག་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་གང་གི་ཕྱིར་ན་སྐྱད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདུས་བྱས་  
 ཡིན་པས་སོ། །གལ་ཏེ་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་མར་མི་འགྲུབ་པོ་  
 ཞེན། འགྲུབ་སྟེ། འཇིག་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་རུ་འཇིག་པའི་ཕྱིར། གྲོ་  
 བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་རྒྱ་ལ་སྟོས་པ་བཞིན་འཇིག་པ་ཡང་རྒྱ་དོན་གཞན་  
 ལ་སྟོས་སོ་ཞེན། འོ་ན་འཇིག་རྒྱ་ཕྱིས་འབྱུང་དོན་གཞན་མེད་པ་ལས་  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་འགའ་ཡང་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། འཇིག་པ་  
 རྒྱ་ཕྱིས་འབྱུང་དོན་གཞན་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །འདོད་ན་  
 གྲོ་སྐྱ་སོགས་རྒྱ་མེད་རུ་འཇིག་པར་འདོད་པ་དང་འགལ་ལོ། །གལ་ཏེ་ཤིང་  
 ལ་སོགས་པ་འཇིག་པ་འཇིག་རྒྱ་མེ་ལ་སོགས་པ་དང་། འབྲེལ་པ་ལ་སྟོས་  
 པས་འཇིག་པ་རྒྱ་དོན་གཞན་དང་ལྡན་ནོ་ཞེན། མེས་བྱད་ཤིང་འཇིག་  
 ཅས་པའི་དོན་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་འདོད་ཅས་བྲིས་པ་ན། སྐར་ལས་རྒྱ་དོན་  
 གཞན་རུ་མི་འདྲ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན། འོ་ན་བུམ་པ་སྦྱང་བྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་  
 ཉིད། ཕྱིས་བུམ་པ་འཇིག་པ་པོར་གྱུར་པར་ཐལ། བུམ་པའི་སྐར་གྱི་ཁ་དོག་  
 གི་རྒྱ་གཞན་དང་། གཞན་རུ་མི་འདྲ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རྩ་སོ་བཏང་  
 བའི་ཆེ་ན་མེད་རྒྱས་ཁ་དོག་གི་ཁྱད་པར་སྐྱ་མ་དང་བལ་ནས་ཕྱི་མ་གཞན་...  
 སྐྱེ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་འདིར་འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་ཅས་པ་ནི་རྒྱ་གཏན་མེད་...  
 མིན་གྱི་ཕྱིས་འབྱུང་དོན་གཞན་མེད་པ་སྟེ། དེས་ན་དངོས་པོ་རྣམས་སྐྱེ་





བའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་འཇིག་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བས། སྐད་ཅིག་མར་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྤར་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་མ་ཞིག་པར་ཕྱིས་གཞན་དུ་མེད་པས་.....  
 དུལ་གཞན་དུ་འདབ་ཆགས་པར་གྱུར་པ་ལ་འགྲོ་བར་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་....  
 ཕྱིད་པར་ཟད་དོ། ཁ་དོ་སྤེལ་ན་རེ། དབྱིབས་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་  
 རྩམས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་དེ། ཁ་དོག་གི་གནས་སྐབས་ཚུལ་ལ་འདོགས་པས་སོ། །  
 གལ་ཏེ་དབྱིབས་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་རྩམས་སུ་གྲུབ་སྟེ། མིག་གི་ཡུལ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མིག་གིས་མཐོང་བ་ན་གྲུབ་ཞི་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།  
 ཞེ་ན། འོ་ན་ལུས་ཀྱི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འང་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་ཀྱིས་  
 རིགས་པ་ན་ཡང་གྲུབ་ཞི་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དབང་པོ་  
 རིགས་མི་མཐུན་པ་གཉིས་ཀྱི་གཟུང་བྱར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ལས། མ་ཡིན་  
 ཏེ། སྐྱེ་མཆེད་གཅིག་དབང་པོ་རིགས་མི་མཐུན་གཉིས་ཀྱིས་འཇིན་མི་སྲིད་  
 པའི་ཕྱིར། ཡང་དབྱིབས་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་རྩམས་  
 སུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རུལ་སྤར་བ་ལ་མེད་པས་སོ། །འདི་ནི་རུལ་སྤར་བ་ལ་  
 དབྱིབས་མེད་པའི་དོན་ཡིན་ལ། འདིའི་ངོ་བོ་ནི་ལུས་ཀྱི་རྒྱན་འགྲོ་བ་དང་།  
 ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་ལུས་གཡོ་བའི་དབྱིབས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་  
 པར་རིག་བྱེད་ཅིས་བྱ་ཞེ་ན། སྐྱེས་བུ་འགྲོའ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ་  
 འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་རང་གི་ཀུན་སྤྲོད་གཞན་ལ་རིག་....  
 པར་བྱེད་པས་རིག་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ངག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ནི་  
 ངག་གི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲ་སྟེ། རང་གི་ཀུན་སྤྲོད་རིག་པར་བྱེད་པའོ། །ནི་  
 ཞེས་པ་ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ལས་དགར་བའོ། །གཉིས་པ་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་  
 ལ་གཉིས་ཏེ། རྩམས་སུ་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད། བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་རྣམ་པར་







བཞག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རིག་བྱེད་མིན་པའི་ངོ་བོ་ནི་བཤད་ཟིན་ལ། མདོ་  
 ཟེ་པས་ནི་དེ་རྣམས་སུ་མེད་དེ། རིག་པ་སྤྱོད་བར་ཁས་སྤངས་ནས་དེ་མི་བྱེད་  
 པ་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དང་འདས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་སུ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་.....  
 འདོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོ། །  
 བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བས་རྣམས་སུ་འདོད་དེ། མདོ་ལས། བསྟན་ཡོད་ཐོགས་བཅས་  
 དང་། བསྟན་མེད་ཐོགས་བཅས་དང་། བསྟན་མེད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་  
 གཞུགས་ཞེས་གསུངས་ཏུ་གསུངས་པའི་གསུམ་པ་ནི་འདི་མ་ཡིན་པ་མེད་པ་....  
 དང་། དེ་མེད་ཀྱི་གཞུགས་གསུངས་པ་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་  
 དང་། རྣམས་ལས་བྱུང་བ་དང་རྣམས་ལས་མ་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་ནི་ཡིད་  
 གཞན་དང་ལྡན་ཡང་འབེལ་བར་གསུངས་པའང་འདི་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆོ་  
 རིག་བྱེད་དང་སེམས་པ་ནི་དགེ་བར་ཡོད་སྲིད་པས་སོ། །རང་གིས་མ་བྱས་  
 པར་སྟོག་གཅོད་སོགས་ཀྱི་ལས་ལམ་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་ཡང་སོགས་པས་བསྟུས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་  
 ཁོ་ནར་མ་བསྟན་པར་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཞུགས་ཅན་དང་ཡིད་གཞུགས་ཅན་  
 མ་ཡིན་པར་བསྟན་པས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་པའི་གཞུགས་འདི་ཡིན་པ་མེད་....  
 པའི་ཕྱིར་དང་། མཉམ་བཞག་ཏུ་རིག་བྱེད་མི་འབྱུང་བས་ཡང་དག་པའི་  
 དག་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ལས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་.....  
 ལྡན་པར་བཤད་པ་དང་། ཡང་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་མེད་ན་ཡིད་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཆོ་དགེ་བ་མེད་པས་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་མེད་པར་.....  
 འགྱུར་བ་དང་། སྤྱོད་བ་ནི་འཆལ་ཚུལ་གྱི་གེགས་བྱེད་པས་ཆུའི་ཆུ་ལོན་  
 ལྟར་གསུངས་ལ། རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་མེད་ན་དེ་དག་ཀྱང་མི་





འཐད་པས་ཞེས་འདོད་དོ། །དོན་བརྒྱད་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལན་ལྷང་གཞན་ལ་བཞེན་ནས་སྟོན་ཏེ། དེ་ལ་སོགས་མེད་ཀྱིས་གཟུགས་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་པའི་གཟུགས་ཞེས་བསྟན་པ་དག་གོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་ཏེ། ས་སྤེར་དབང་འབྱོར་བའི་གཟུགས་ཞེས་བཤད་དོ། །རྣམས་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱང་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཕྱིས་འབྲས་བུ་སྦྱེད་རྒྱས་ཀྱི་ས་བོན་འཕེལ་བའོ། །རང་གིས་མ་བྱས་པར་ལས་ལམ་འཕེལ་བར་གསུངས་པ་ཡང་ལུས་དག་གི་སྦྱར་བ་ལས་སྦྱར་བ་པོ་ལ་ཕྱིས་སྦྱེད་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་ལྷུང་པས་སྦྱེ་བ་དང་མཉམ་བཞག་ཏུ་ཡང་དག་པའི་དག་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ནི་མཉམ་བཞག་ན་དག་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སྐྱབས་ཏུ་འབྱུང་བའི་རྒྱས་པ་སྐྱབས་པས། ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟར་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཡིད་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཆེ་སོ་ཐར་གྱི་སྦྱོར་པ་ཡོད་པ་ཡང་སྦྱོན་གོམས་པའི་དྲན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་གཉེན་པོ་མཛོན་ཏུ་ལྷུང་པ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོན་ལྷུང་གསུངས་པ་ཡང་ཡང་རྩ་ཆེ་ཤེས་པས་དམ་བཅས་པ་དྲན་ནས་འཆལ་ཆུལ་ལ་མི་འབྲུག་པ་ལ་དགོངས་སོ། །གཞན་ཏུ་ན་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཡང་ལྷུང་བ་མི་འབྱུང་བར་ཐལ་ཏེ། དེའི་གོགས་རྒྱུ་ལོན་ལྷུང་འི་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པས་སོ། །གཉིས་པ་བྱུང་པར་གྱི་ཆོས་རྣམས་པར་བཞག་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རྒྱུ་བྱེད་པར། སའི་བྱུང་པར། རྩ་བའི་བྱུང་པར། རྒྱུ་བྱེད་པར་གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ནི། རིག་བྱེད་ལས་སྤྲ་བས་རིག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་གཞན་པའི་འབྱུང་བས་སྦྱེད་ལ། དེ་ཡང་འདོད་པར་གཏོགས་པའི་རྣམས་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་ནི། རྒྱུ་བྱེད་མ་དང་པོ་སྦྱོར་པ་རྣམས་ནོད་པའི་ཆོ།





གཞིའི་འབྲུང་བ། ད་ལྟར་བ་ལས་སྐྱེ་ལ་དེ་ཕྱིན་ཆད་ནི་འཇུག་ཅིང་འཕེན་  
 པའི་རྒྱ་གཞིའི་འབྲུང་བ་འདས་པ་རེ་དང་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅིང་། རྟེན་པའི་  
 རྒྱ་ད་ལྟར་བའི་འབྲུང་བ་དང་གཉིས་ལས་སྐྱེས་ཏེ། དང་པོ་འཁོར་ལོ་  
 འབུལ་བྱེད་ལག་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་རྟེན་པ་གཞི་ལྟ་བུའོ། །གཟུགས་ཅན་  
 གཞན་ནི་གཞིའི་འབྲུང་བ་ད་ལྟར་བ་ལས་སྐྱེའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཟག་བཅས་  
 གི་ལྷས་དང་དག་གི་ལས་ནི་འདོད་པ་ནས་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་བར་.....  
 རང་རང་གི་ས་པའི་འབྲུང་བ་ནམས་རྒྱུ་བྱས་ནས་སྐྱེ་ལ། ཟག་མེད་གི་  
 སྐྱེ་པ་ནི་རྟེན་ས་གང་ཏུ་སྐྱེས་པའི་ལྷས་དེའི་འབྲུང་བ་ལས་སྐྱེ་སྟེ། ལམས་  
 སུ་མ་གཏོགས་པའི་འབྲུང་བ་མེད་པས་རང་སའི་འབྲུང་བ་མེད་ཅིང་འབྲས་  
 གཟུགས་ཡིན་པས་འབྲུང་བའི་སྟོབས་གིས་སྐྱེ་བས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། རྣམ་  
 པར་རིག་བྱེད་མིན་པའི་གཟུགས་ཐོགས་བཅས་མ་ཡིན་པས་མ་ཟིན་པ་.....  
 དང་། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་གང་རུང་ངེས་ཤིང་། རྩལ་བསགས་པ་མ་  
 ཡིན་པས་རྣམ་སྟོན་སྐྱེས་དང་རྒྱས་བྱུང་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་བ་.....  
 དང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཏུ་གཏོགས་པས་སེམས་ཅན་ཏུ་སྟོན་པའོ། །ལྷས་  
 གི་རིག་བྱེད་ནི་ལྷས་གི་འབྲུང་བ་དང་ཐ་མི་དད་པར་འཇུག་པས་ཟིན་པའོ། །  
 དག་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་མ་ཟིན་པའོ། །བཞི་པ་རྒྱུའི་བྱུང་པར་གཞན་  
 བཟུན་པ་ནི། འདོད་པའི་རིག་བྱེད་མིན་པ་ནི་རྒྱ་མཐུན་ལས་བྱུང་བ་དང་  
 ཟིན་པའི་འབྲུང་བ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྒྱས་འབྲུང་དང་རྣམ་སྟོན་སྐྱེས་གྱི་འབྲུང་  
 བས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ལ། སོ་ཐར་གྱི་སྤྱོད་བདུན་ནི་རེ་རེའང་འབྲུང་བ་བཞི་  
 ཀ་ལས་སྐྱེའོ། །ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པ་བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་གི་  
 སྐྱེ་པ་དག་གི་རྒྱུའི་འབྲུང་བ་འང་སེམས་གི་རྗེས་འབྲང་ཡིན་པས་མ་ཟིན་.....





པ་དང་། རྒྱས་པའི་རྒྱ་བཞིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་བྱུང་བའོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 སྤྱང་བདུན་ནི་འབྱུང་བ་བཞི་ཚན་ཐ་མི་དད་པ་གཅིག་ལས་སྐྱེའོ། །གཉིས་  
 པ་ལས་གསུམ་སྤྱིའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་ཀྱི་དོན་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ། ཀུན་སྤྱང་གྱེ་བྲག་རྒྱ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྤྱི། དགོ་  
 སྤྱང་གས་ཀྱི་བྱུང་པར། ཁམས་དང་སའི་བྱུང་པར། ཆོས་གསུམ་སོ་སའི་དབྱེ་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་ནི་ལྷང་རྒྱ་བསྟན་པ་ཁོ་ནར་  
 དེས་ཀྱི་ལྷང་བསྟན་མིན་པ་མེད་དེ། ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་སྟོབས་ཆུང་བས་  
 རང་འགགས་པའི་མཚུག་ཐོགས་སུ་རྒྱན་གྱིས་འབྱུང་བའི་ལས་སྟོབས་ལྡན་  
 གསོག་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལས་གཞན་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་སེམས་པ་  
 ལ་ནི་དགོ་མི་དགོ་ལྷང་མ་བསྟན་གསུམ་ཀུན་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། མི་དགོ་  
 བའི་ལས་ནི་འདྲོད་པ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་ཀྱི་གོང་མ་གཉིས་ན་མེད་དེ། མི་དགོ་  
 བའི་ཆ་བ་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། ཀུན་  
 ལས་བརྒྱས་སུ་ནི། འདི་གཉིས་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་དང་ལྡན་ཅིག་པར་  
 བཤད་པས་གོང་མ་གཉིས་ལའང་ཡོད་པར་མངོན་ནོ། །ཡང་ན་འདྲོད་པའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་དང་ལྡན་པ་ཞིས་བཤད་དགོས་སོ། །གཟུགས་ཁམས་ན་  
 དགོ་བའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་ཡོད་དེ། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲུལ་པ་  
 ཡོད་པས་སོ། །འང་གི་སྤྱོད་འདྲོད་པ་ན་དགོ་བའི་རིག་བྱེད་མིན་པ་ཡོད་  
 པར་བསྟན་ཏོ། །གཟུགས་མེད་ན་གཟུགས་མེད་པས་ལུས་ངག་གི་སྒྲུལ་པའི་  
 ངོ་བོ་མེད་ཅིང་ཐོབ་པ་ནི་ཡོད་དོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ནི་དབྱེད་པ་དང་  
 བཅས་པས་འདྲོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་ཀྱི། དེ་ཡན་  
 ཆད་ན་མེད་དེ། ཀུན་སྤྱང་རྟོག་དབྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་





གཉིས་པ་སོགས་ན་རིག་བྱེད་མེད་པར་མ་ཟད། འདོད་པ་ན་ཡང་སྐབ་  
 པའི་རིག་བྱེད་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཀུན་སྒྲིབ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པ་སོགས་ན་རྟོག་དཔྱད་མེད་ལ། འདོད་པ་ན་སྐྱེམ་སྤང་གི་  
 བསྐྱེབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་འདོད་པའི་  
 མཐོང་སྤང་གི་སྒྲིབ་བར་བྱེད་དོ་སྟུམ་ན། འདོད་པ་ན་བསྐྱེབས་ལ་ལུང་མ་  
 བསྟན་གྱི་མཐོང་སྤང་ནི་འཇིག་མཐར་གཉིས་ཁོ་ནར་ངེས་ལ་འདི་གཉིས་ཀ་  
 ནང་ཁོ་ནར་བརྟ་བས་རིག་བྱེད་གྱི་ཀུན་སྒྲིབ་དུ་མི་རུང་ངོ་། །འདོད་པའི་  
 ཁམས་འདིར་མཐོང་སྤང་གཞན་རྣམས་ནི་མི་དགེ་བ་ཁོ་ནའོ། །གཡོ་སྤྱོད་  
 ཡང་འདོད་པའི་ཁམས་འདིར་མི་དགེ་བ་ཡིན་པས་ངེས་ཀུན་ནས་བསྤངས་  
 པ་མི་དགེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ་། །དེས་ན་བསྐྱེབས་པའི་རིག་བྱེད་ནི།  
 ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁོ་ན་ན་ཡོད་དེ། ཚངས་ཆེན་ན་གཡོས་ཀུན་ནས་  
 བསྤངས་པའི་ངག་གི་ལས་ཡོད་པས་སོ། །གསུམ་པ་ཆོས་གསུམ་སོ་སོར་  
 དབྱེ་བ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་སྒྲིབ་ཁོ་ན་ལས་དགེ་མི་དགེར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན།  
 བཞི་བཞི་ཡོད་དེ། རེ་ཞིག་དགེ་བ་ལ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། ཐར་པ་ཐུང་  
 འདས་པས་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཞི་བས་མཆོག་དུ་བདེ་བའི་ཕྱིར།  
 དམ་པའི་དོན་དུ་དགེ་བ་སྟེ། ནད་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དགེ་བ་གསུམ་དང་  
 ངོ་ཆ་བྲེལ་ཡོད་ནི་བདག་ཉིད་དམ་ངོ་པོ་ཉིད་གྱི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། དགེ་བར་  
 འགྱུར་བ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་སྟེས་ཅམ་གྱི་དགེ་བར་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
 སྤྱན་བཞིན་ནོ། །ངོ་པོ་ཉིད་གྱི་དགེ་བ་དེ་དག་དང་མཚུངས་ལྡན་རྣམས་ནི་  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། ཤོགས་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དགེ་བར་འགྱུར་  
 པའི་ཕྱིར། སྤྱན་དང་སྦྱར་བའི་བདུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་ཀུན་ནས་





བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་དང་སོགས་པ་ཐོབ་པ་དང་སྟོམས་འཇུག་.....  
 གཉིས་ནི་ཀུན་ནས་སྒྲོང་བའི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། བསམ་པའི་དབང་གིས་དགེ་  
 བར་འཛོག་པའི་སྤྱུར། སྤྱན་དང་སྦྱར་བའི་བརྟུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་འོ་མ་  
 བཞིན་ནོ། །འགོག་པ་ནི་ཉེ་བར་ཞི་བའི་དགེ་བར་ཡང་ངོ་། །མི་དགེ་བའི་  
 དབྱེ་བ་ནི་དགེ་བ་ཆམ་པ་བཞི་བརྒྱུད་པ་ལས་སྤྱེ་བ་སྟེ། འཁོར་བ་ནི་དོན་  
 དམ་པར་མི་དགེ་བའོ། །དུག་གསུམ་དང་ངོ་ཚ་ཁྲིལ་མེད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མི་  
 དགེ་བའོ། །དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་ནི་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སྒྲིན་ནས་སོ། །དེས་  
 ཀུན་ནས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་ལུས་ངག་གི་ལས་ནི་ཀུན་སྒྲོང་གི་མི་དགེ་བའོ། །  
 ཐོབ་པ་ནི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་དགེ་མི་ཡང་ངོ་། །འཁོར་བ་ནི་ཟག་བཅས་  
 ཐམས་ཅད་ཡིན་པས། མི་དགེ་བ་མཚན་ཉིད་པ་དང་། བཏགས་པ་བ་ཅི་  
 རིགས་པ་ཡོད་དོ། །དོན་དམ་པར་ལུང་རུ་མ་བསྟན་པ་ནི་བརྟན་པ་ནས་  
 མཁའ་དང་སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་དག་གོ། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ལུང་  
 མ་བསྟན་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་མཐར་འཇིག་གྱི་རྩ་བ་རྩ་བུའོ། །དེས་ཀུན་ནས་  
 བསྐྱེད་སྒྲུབ་པ་ནི་ཀུན་སྒྲོང་གི་ལུང་མ་བསྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་ཀུན་སྒྲོང་བྱེ་བྲག་  
 ཏུ་བཤད་པ་ནི། གལ་ཏེ་མཐོང་སྤང་ནི་རིག་བྱེད་ཀུན་ནས་སྒྲོང་བྱེད་མིན་  
 བ། །འོན་ཀྱང་བསམ་པས་ལོག་པའི་རྩ་བ་ལས་ལོག་པའི་ངག་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་  
 འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། འདི་རྩེར་ཀུན་སྒྲོང་ནི་ཆམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 རྒྱུད་ཀུན་སྒྲོང་དང་བྱ་བ་དེའི་རུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ངོ་། །འདིར་འདྲིད་པ་ནི་  
 སྤྱིབ་པའི་གཟུགས་ཀྱི་རུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་མེད་པར་བཤད་ལ། མདོའི་དོན་ནི་  
 རྒྱུད་ཀུན་སྒྲོང་ཙམ་ལ་དགོངས་པས་མི་འགལ་ལོ། །ཀུན་སྒྲོང་གཉིས་པོ་དེ་  
 ལས་དང་པོ་རྒྱུད་ཀུན་སྒྲོང་ནི་འཕེན་བར་བྱེད་པས་རབ་ཏུ་འཇུག་བྱེད་.....





ཡིན་ནོ། །ཀུན་སྒྲིང་གཉིས་པ་ནི་བྱ་བའི་དུས་སུ་བྱ་བ་དང་ཟེས་སུ་མཐུན་  
 པར་འཇུག་པས་སོ། །ཀུན་སྒྲིང་གཉིས་པོ་ལ་མུ་བཞི་སྟེ། རབ་དུ་འཇུག་  
 བྱེད་ཁོན་དང་། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་། ཟེས་སུ་འཇུག་བྱེད་ཁོན་དང་།  
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་འོ། །དང་པོ་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་རྣམ་ཤེས་  
 བྱིན་ཀྱི་བཅས་སུ་ངེས་པས་རབ་དུ་འཇུག་བྱེད་ཡིན་ལ། ཁ་ནང་དུ་བཏུས་  
 པས་ཟེས་སུ་འཇུག་བྱེད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཟུ་གཉིས་པ་ནི། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་  
 སྒྲིམ་སྤང་འཁོར་བཅས་བྱིན་ཀྱི་བཅས་ཀྱང་ཡོད་ཁ་ཕྱིར་བཏུས་ཀྱང་ཡོད་ཀྱི་  
 པས་ཀུན་སྒྲིང་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཟུ་གསུམ་པ་ནི། སྒྲིམ་ལྷའི་རྣམ་  
 ཤེས་འཁོར་བཅས་བྱིན་ཀྱི་མེད་ཁ་ཕྱིར་བཏུས་སུ་ངེས་པས་ཟེས་སུ་འཇུག་ཀྱི་  
 བྱེད་ཁོན་འོ། །དེ་ཡང་རབ་དུ་འཇུག་བྱེད་དགོས་གསུམ་པོ་དེ་དེ་ལ་  
 ཟེས་སུ་འཇུག་བྱེད་དགོས་གསུམ་རྣམ་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་འགྱུར་བས་དགྲ་ཀྱི་  
 ཟུགས་སུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་རྒྱུད་ཀུན་སྒྲིང་མི་དགོ་བ་  
 ཡོད་ཀྱང་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་དགོ་མི་དགོ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འོ་ན་  
 རྒྱུད་ཀུན་སྒྲིང་གཙོ་ཆེ་འཇུག་ དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་གཙོ་ཆེ། དང་པོ་ལྟར་ན་  
 འདོད་པ་ན་སྒྲིབ་པའི་རིག་བྱེད་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱུད་ཀུན་སྒྲིང་སྒྲིབ་  
 པ་ཡོད་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་མི་དགོ་བ་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་ནི་དགོ་བ་ཡོད་པས་སོ་ཐར་ན། ཀུན་སྒྲིང་  
 གཉིས་ཀྱང་སྤང་བྱ་རིགས་ཐ་དད་ཀྱིས་མ་ཆོད་ན་རྒྱུད་ཀུན་སྒྲིང་གཙོ་ཆེ་ལ།  
 ཆོད་ན་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིང་གཙོ་ཆེ་བས་གཉིས་ཀ་སྒྲིབ་མེད་དོ། །ཐུབ་པའི་  
 འཇུག་ཚུལ་ནི་འཇུག་བྱེད་གཉིས་ཀ་དགོ་བ་ལས་དགོ་བ་དང་ལུང་མ་ཀྱི་.....  
 བཏུན་དུ་འདྲ་བའམ་རབ་དུ་འཇུག་བྱེད་ལུང་མ་བཏུན་ལས་ཟེས་སུ་འཇུག་





བྱེད་དགེ་བར་འགྱུར་གྱི། དགེ་བ་ལས་ལྷང་མ་བསྟན་རུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 འདིའི་བསམ་པ་སྟོབས་དམན་པར་མི་འགྱུར་བས་སོ། །སྟེ་པ་གཞན་ནི་  
 སངས་རྒྱལ་ལ་ཐུགས་ལྷང་མ་བསྟན་མེད་དེ། མདོར། སྤང་ཆེན་གཤེགས་  
 ནའང་མཉམ་པར་བཞག་ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །ཟེར་ཏེ། ཐེག་ཆེན་དང་  
 མཐུན་ནོ། །ཁྱི་བྱ་སྟེ་བ་ནི་དེ་དཔུན་པས་མ་ཟིན་པ་མེད་པ་ལ་དགོངས་གྱི།  
 རྣམ་སྟོན་སྟེས་དང་སྟོང་ལམ་པ་དང་སྟུལ་སེམས་ལྷང་མ་བསྟན་མངའ་འོ། །  
 ཞེས་འདོད་དོ། །ཁྱུ་བཞི་པ་ནི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ལས་སྟེས་པའི་སེམས་སྟོན་  
 སྤང་གི་ཆ་ནི་རབ་རུ་འཇུག་བྱེད་དང་། རྗེས་སུ་འཇུག་བྱེད་གཉིས་ཀ་མིན་  
 ཏེ་འབད་མེད་རུ་འཇུག་པས་སོ། །ཡེ་ཤེས་ཟག་མེད་ཀྱང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟོག་མེད་ཁ་ནང་བལྟས་སུ་ངེས་པས་སོ། །གསུམ་པ་རིག་བྱེད་མིན་  
 པའི་རྣམ་བཞག་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་མདོར་བསྟན། རྣམ་བཞག་རྒྱས་  
 པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤང་བཤད་པའི་རྣམ་པ་རིག་བྱེད་མིན་པ་  
 རྣམ་པ་གསུམ་རུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་འཆལ་ཚུལ་གྱི་རྒྱན་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དང་  
 དེའི་འགལ་ཁྲ་ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྟོང་ཆེན་པོ་སྟོན་པ་མིན་པ་དང་། དེ་  
 གཉིས་ལས་གཞན་པའི་གཞོན་སྟོགས་རེ་བ་བར་མའོ། །དེ་ལ་སྟོན་པ་ནི་  
 བསྟེ་བ་ལས་སྟོང་བའི་སེམས་པ་སྟོང་བ་དེ་ལ་གང་དབང་བྱེད་པའི་དབང་  
 པོ་ལྟ་དང་ལྟན་པ་གང་དེ་སྟོན་པའོ། །ཞེས་སོ། །དེའང་བྱེ་བྱག་བཤད་  
 མཛོད་རུ། སོ་ཐར་ནི་ཆོགས་སྤངས་ཤིང་ལུས་ངག་གི་ལས་བཀག་པ་སྟོན་  
 པའི་སེམས་པ་སྟེ་ཕྱིས་རང་འདྲ་འབྱུང་བའི་ས་བོན་ཀུན་གཞི་ལ་བཞག་སྟེ།  
 དེ་ནས་ངས་སྟོག་གཙང་སྟོགས་སྤངས་པའོ་ཞེས་ཁས་སྤངས་པ་དཔུན་པས་  
 འཛིན་ཞིང་བསྟན་པ་མི་འབྲལ་བའོ། །བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་གྱི་སྟོན་







པ་ནི་རྗེས་ཐོབ་དུའང་མི་དགེ་བ་སྤྱང་ཞིང་དགེ་བ་ལ་འཇུག་པའི་བསམ་པ་  
 དང་གནས་པ་ཐོབ་པའི་སེམས་པ་འོ། །སྤྲུལ་མེན་ཡང་གཞོད་པར་སྦྱར་བའི་  
 སེམས་པ་དང་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་པ་སྟེ། དེ་མངོན་གྱུར་མེད་ཀྱང་སྤྲུལ་  
 མེན་མི་གཏོང་སྟེ། གཞོད་པ་བྱ་བའི་བསམ་པ་མ་ལོག་པས་སོ། །ཞེས་  
 བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྲུལ་པ་ཁྱད་པར་དུ་བཤད། ཐམས་  
 ཅད་ཐུན་མོང་དུ་བསྟན་པ་འོ། །དང་པོ་ལ་བསྟན་བཤད་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་  
 ནི་སྤྲུལ་པ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་འདི་པ་དག་གི་འདོད་པ་ན་སྦྱོང་པའི་ཚུལ་  
 བྱིས་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་དང་།  
 གཟུགས་སྦྱོང་པའི་ཚུལ་བྱིས་སོ་བསམ་གཏན་ལས་སྦྱོས་པ་འོ། །གཉིས་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། སོ་ཐར་དང་། བསམ་གཏན་ཟག་མེད་དང་། འར་ལ་བྱུང་པའི་  
 དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། སོ་སོར་ཐར་པ་ཞེས་པ་རིགས་རྣམ་པ་བརྒྱད་དེ།  
 དགེ་སྤྱང་པ་མ། དགེ་སྤྱོད་པ་མ། དགེ་ཚུལ་པ་མ། དགེ་བསྟེན་པ་མ། བསྟེན་  
 གནས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་འོ། །བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གྱང་མིང་གི་སྤྲུལ་པ་ཐ་དད་དུ་སྤྱེ་ཡི་  
 རྗེས་སུ་རྣམ་པ་བཞིར་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། པའི་སྤྲུལ་པ་གསུམ་ལས་མའི་  
 སྤྲུལ་པ་གསུམ་གཞན་མ་ཡིན་ཅིང་། དགེ་སྤྱོད་མའི་སྤྲུལ་པ་ཡང་དགེ་ཚུལ་  
 མའི་སྤྲུལ་པའི་ཁོངས་སུ་འདུས་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཙུ་བའི་ཆོས་དྲུག་དང་  
 རྗེས་མཐུན་གྱི་ཆོས་དྲུག་སྤྱང་བའི་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་དོ། །རི་ལྟར་དེ་  
 དག་དེར་འདུས་པར་ཤེས་ཤེན། ཐོ་མའི་མཚན་པན་ཚུན་དུ་གྱུར་པ་ལས་  
 མིང་ཅམ་འཕྲོ་ཡི། སྤྲུལ་པའི་རོ་བོ་མི་འཕོ་བའི་ཕྱིར། གང་གིས་སྤྲུལ་པ་  
 གསུམ་རིམ་གྱིས་བྲུངས་པ་ན་སོ་སོའི་སྤྱང་བ་རྣམས་ཆ་ཐ་དད་པ་ཁོན་ར་  
 རྟེན་ལ་ཞེ་ན་སོ་སོའི་སྤྱག་གཅོད་སྤྱང་བ་སོགས་ཆ་ཐ་དད་པ་གསུམ་གསུམ་





དུ་སྤྱེས་ཏེ། སྤྲོམ་པ་གསུམ་ཆར་གྱི་སྤྱོད་བ་ཅུམས་མ་འདྲེས་པར་གནས་  
 པར་འགྱུར་གྱི། སྤྲོམ་སྤྱངས་པས་སྤྲོམ་མི་གཏོང་བར་བསྒྲུན་པའི་ཚུལ་དུ་  
 གནས་ཏེ། སྤྲོམ་པ་དེ་ཅུམས་རྒྱུད་ལ་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་གནས་པ་ལ་  
 འགལ་བ་མེད་དོ། །འོ་ན་དགེ་བསྟེན་དང་དགེ་ཚུལ་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 མི་འགྱུར་ཏེ། སྤྲོམ་སྤྲོམ་མ་ལས་སྤྱོད་བ་ལྟག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་རང་གི་སྤྲོམ་  
 པ་ལ་གནས་པའི་ཆེད་དུ་ལུས་ངག་གི་སྤྱང་བྱ་སྤྱིག་གཅོད་སྤྱིགས་ལྟ་སྤྱོད་བ་  
 ལ་དགེ་བསྟེན་དང་། ཉིན་ཞག་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་སྤྱོད་བ་ལ་བསྟེན་གནས་  
 དང་། བརྒྱ་སྤྱོད་བ་ལ་དགེ་ཚུལ་དང་། མི་མཐུན་སྤྱིགས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་  
 བ་མཐོས་པ་ལས་དགེ་སྤྱོད་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །དགེ་སྤྱོད་གི་བསྐྱབ་པ་ཉིས་  
 བརྒྱ་དང་ང་གསུམ་ནི། ཐམས་པ་བཞི། ལྟག་མ་བརྒྱ་གསུམ། སྤྱང་ལྟང་སུམ་  
 རྩ། ལྟང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྩ། སོ་སོར་བཤགས་པ་བཞི། ཉེས་  
 བྱས་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གཉིས་ཏེ། ལྟང་བ་སྤྱེ་ལཱའི་གཉེན་པོ་ལས་སྤྱེ་བའོ། །  
 འདི་དག་ལ་འཆལ་ཚུལ་གྱི་གདུང་བ་ལས་སྤྱོད་ཅིང་། བསིལ་བའི་གནས་  
 ཡིན་པས་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། མཁས་པས་བསྟགས་པས་ལེགས་སྤྱོད་དང་།  
 བྱ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ལས། ལུས་ངག་སྤྲོམ་པས་སྤྲོམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 སྤྲོམ་པ་ཐོབ་མ་ཐག་སྤྱང་ཅིག་དང་པོའི་ཅུམ་པར་རིག་བྱེད་དང་། ཅུམ་  
 པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་དག་ནི་སྤྱིག་པ་ལས་དང་པོར་ཐར་པས་སོ་སོར་ཐར་  
 པ་དང་བྱ་བ་སྤྱེ་ལས་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་ལ་དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་ནི་སོ་སོ་  
 ཐར་པའི་སྤྲོམ་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །པ་ཏི་མོ་གླ་ཞེས་པ་ལ་པ་ཏི་ནི་སོ་སོ་ཡིན་  
 ལ་མོ་གླ་ནི་ཐར་པ་ལ་འཇུག་པའོ། །སོ་སོར་ཐར་པའི་སྤྲོམ་པ་དང་ལྟན་པའི་  
 གང་ཟག་ནི་དགེ་བསྟེན་དང་། བསྟེན་གནས་ནས་དགེ་སྤྱོད་གི་བར་བརྒྱུད་





དོ། །གཉིས་པ་བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་བཤད་པ་ནི། བསམ་གཏན་ལས་སྦྱེས་པའི་སྒྲུབ་པ་ནི། ཉེར་བསྒྲགས་དང་དངོས་གཞིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་དེ་ལྟ་པའི་གང་ཟག་ལ་ངེས་པར་ལྟ་ནོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དང་ལྟ་པ་ནི་འཕགས་པའི་སེམས་ཅན་སྟོབ་མི་སྟོབ་རྣམས་སོ། །སྤར་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲུབ་པ་གཉིས་གང་ཞེ་ན། སྒྲུབ་པ་གསུམ་ཀྱི་གངས་ཀྱི་ཐ་མ་བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་གཉིས་་་ནི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བས་སོ། །སོ་ཐར་ནི་སེམས་མེད་ཀྱང་འབྱུག་པས་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་མ་ཡིན་ནོ། །བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་རྣམས་སུ་སྦྱེས་པའི་བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་གཉིས་ནི་ས་མི་ལྷགས་མེད་ལ་བརྟེན་པ་ན་སྤྱང་བའི་སྒྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཆལ་ཚུལ་དང་དེའི་ཀྱན་སྤྱང་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དངོས་སུ་སྤྱང་བས་སོ། །ས་དང་ལམ་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ནི་རྩ་མཚན་དེ་དག་མེད་པས་སྤྱང་སྒྲུབ་ཞེས་མི་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཞར་ལས་བྱུང་བའི་དོན་ནི་མདོ་ལས། ཡིད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། ཞེས་པ་དང་། མིག་གི་དབང་པོ་སྒྲུབ་པ་ན་སྒྲུབ་སྟེ་གནས་ཞེས་གསུངས་པའི་སྒྲུབ་པ་དེ་གཉིས་་་གང་ཞེ་ན། བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མིན་པ་ཤེས་བཞིན་དང་། དེ་མི་བརྗེད་པའི་དྲན་པ་གཉིས་པོ་དག་གིས་མི་མཐུན་སྒྲུགས་ལས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པས་ཡིད་་་དང་དབང་པོའི་སྒྲུབ་པའོ། །གཉིས་པ་སྤྱན་མོང་དུ་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཏུས་ངེ་སྤྱིད་ལྟ་པ། ཚུལ་ངེ་ལྟར་ཐོབ་པ། རྩ་གང་གིས་གཏོང་བ། བརྟེན་གང་དང་ལྟ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། རིག་བྱེད་མིན་པའི་ལྟ་ཚུལ། རིག་བྱེད་ཀྱི་ལྟ་ཚུལ། སྒྲུབ་མིན་མིང་རྣམ་གངས། དེ་དག་གི་ཕྱ་བཞི་





བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་སོ་སོ་ཐར་པ་ལ་གནས་པའི་  
གང་ཟག་དེས་སྒྲིམ་པ་མ་བཏང་བའི་བར་རྟག་རྒྱ་དུ་ཉར་གྱི་རྒྱུ་མ་པར་རིག་  
བྱེད་མིན་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་མ་བཏང་གི་བར་  
རྒྱ་འདས་པ་དང་ཡང་ལྡན་ནོ། །སྒྲིམ་མིན་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ལ་འང་  
ལྡན་ཚུལ་དེ་དང་འདྲའོ། །བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་ལྡན་པའི་སྒྱུ་  
འཕགས་གཉིས་ནི་མ་བཏང་བར་རྒྱ་རྟག་རྒྱ་འདས་མ་འོངས་གཉིས་དང་  
ལྡན་ཏེ། སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་སྒྲིམ་བཏང་བའི་འདས་པ་ཡང་ཐོབ་པས་སོ། །  
འཕགས་པས་ཟག་མེད་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོའི་ཆེ་སྒྲིམ་ཟག་  
མེད་མ་སྒྱེས་པས་འདས་པ་དང་ལྡན་པ་མིན་ཞིང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་འདས་པ་  
དང་མ་འོངས་པ་དང་ཡང་ལྡན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་མཉམ་བཞག་དང་  
འཕགས་ལམ་ལ་གནས་པའི་ཆེ་ནི་སྒྲིམ་པ་དེ་གཉིས་དུ་ཉར་བ་དང་ཡང་  
ལྡན་པས་རྒྱས་གསུམ་ཆར་དང་ལྡན་ལ་མཉམ་བཞག་ལས་ལངས་པ་ནི་དང་  
ཉར་གྱི་མི་ལྡན་ཏེ། སྒྲིམ་པ་དེ་གཉིས་སེམས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པས་སོ། །  
སྒྲིམ་པ་དང་སྒྲིམ་མིན་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་བར་མ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
ལ་བར་མའི་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གལ་ཏེ་ཡོད་ན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་སྒྲིམ་  
གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཉར་གྱི་ཁོ་ན་དང་ལྡན་ཞིང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་འདས་པ་དང་  
དུ་ཉར་གྱི་རྒྱས་གཉིས་དང་ལྡན་ནོ། །དེར་མ་ཟད་སྒྲིམ་མིན་ལ་གནས་  
པའང་བར་མ་དགེ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་སྒྲོབས་ལྡན་གྱིས་མཆོད་རྟེན་ལ་  
ཕྱག་འཆམ་པ་སོགས་བྱེད་ན་དགེ་བའི་རིག་བྱེད་མིན་པ་དང་ལྡན་ལ་སྒྲིམ་  
པ་ལ་གནས་པ་ཡང་། ཞེ་སྤང་དྲག་པོས་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་སོགས་བྱེད་ན་  
བར་མ་མི་དགེ་བའི་རྒྱུ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་དང་ལྡན་ཏེ། རིམ་བཞིན་



རི་སྲིད་རྒྱ་རབ་རྒྱ་དང་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཤུགས་ལྡན་པ་དེ་སྲིད་ཀྱི་བར་  
 རྒྱ་ཉག་རྒྱ་ད་ལྟར་བ་དང་། དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་འདས་པ་དང་ཡང་ལྡན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རིག་བྱེད་ཀྱི་ལྡན་ཚུལ་ནི། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ནི་སྒྲུལ་པ་སྒྲུལ་  
 མིན་བར་མ་ལ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རི་སྲིད་རིག་བྱེད་བཞིན་པ་.....  
 དག་ལ་ད་ལྟར་བ་དང་ལྡན་ལ། འདི་ཡང་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཕྱིན་ཆད་རི་  
 སྲིད་མ་བཏང་གི་བར་རྒྱ་འདས་པ་དང་ཡང་ལྡན་ལ་མ་འོངས་པའི་རིག་.....  
 བྱེད་དང་ལྡན་པ་མེད་དེ། ཀྱན་སྦྲང་གིས་མ་འོངས་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཐོབ་  
 པ་འབྲེན་མི་རྣམས་པས་སོ། །དེ་ཡང་དགེ་མི་དགེའི་དབང་རྒྱ་བྱས་ཀྱི་  
 བསྐྱབས་པ་དང་མ་བསྐྱབས་པའི་རིག་བྱེད་ནི་འདས་པ་དང་ཡང་ལྡན་པ་.....  
 མེད་དེ། ཆོས་ཉམ་ཚུང་བའི་ཐོབ་པའང་ཆོས་ཉམ་ཚུང་བས་སོ། །དེས་ན་  
 ཐམས་ཅད་ད་ལྟར་བ་ཁོན་དང་ལྡན་ནོ། །གསུམ་པ་སྒྲུལ་མིན་གྱི་རྣམ་  
 གངས་ནི། སྒྲུལ་པ་མ་ཡིན་པའི་མིང་གི་རྣམ་གངས་ཏེ། ལུས་ངག་མི་སྒྲུལ་  
 པས་སྒྲུལ་པ་མིན་པ་དང་། དམ་པས་སྦྱད་ཅིང་འབྲས་བུ་ཡིད་རྒྱ་མི་འོང་  
 བས་ཉེས་སྦྱད་དང་། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྦྱགས་ཡིན་པས་འཆལ་བའི་  
 ཚུལ་བྲིམས་དང་། ལུས་ངག་གི་ལས་ཡིན་པས་ལས་དང་། ལས་ཀྱི་དངོས་  
 གཞིས་བསྐྱས་པས་ལས་དེའི་ལམ་ཞེས་བྱའོ། །བཞི་པ་དེ་དག་གི་ལྷ་བཞི་  
 དབྱེད་པ་ལ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་། རིག་བྱེད་མིན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་  
 ལྷ་བཞི་སྟེ། སྒྲུལ་པ་དང་སྒྲུལ་མིན་གྱི་བར་མ་ལ་གནས་པས་ཀྱན་སྦྲང་གི་  
 སེམས་ཞན་པས་དགེ་བའམ་མི་དགེ་བ་བྱེད་ན་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཉིད་.....  
 དང་ལྡན་གྱི་རིག་བྱེད་མིན་པ་དང་མི་ལྡན་པའོ། །ཆོ་འཕྲོས་ཏེ་སྤྲུལ་པའི་རིག་  
 བྱེད་བཏང་བ་དང་། ཆོ་འདིའི་རྣམ་རིག་མ་སྦྱེས་པའམ་ཉམས་པའི་



འཕགས་པའི་གང་ཟག་ནི། ཟག་མེད་གྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་དང་  
 ལྡན་གྱི། རིག་བྱེད་དང་མི་ལྡན་པ་ལོ། རིག་བྱེད་དང་རིག་བྱེད་མིན་པ་  
 གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པ་ནི་བར་མ་ལ་གནས་པས་སེམས་དྲང་པོས་དགེ་མི་.....  
 དགེ་སྟགས་བྱེད་པ་ལོ། །གཉིས་ཀ་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་གཟུགས་མེད་གྱི་སྐྱེ་  
 སྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ཇི་ལྟར་འཛོལ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྣམ་པའི་ཐོབ་  
 ཚུལ་དང་། རྣམ་མིན་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་དང་། བར་མའི་ཐོབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་  
 ལ། ཐོབ་ཚུལ་དངོས་དང་། གང་ལས་ཐོབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་དང་། སྐྱེ་ཐོབ་ཚུལ་ལོ། །  
 དང་པོ་ནི། བསམ་གཏན་དང་ཟག་མེད་གྱི་རྣམ་པ་དེ་དག་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 ཐོབ་ཅེ་ན། བསམ་གཏན་ལས་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པ་ནི་ཟག་བཅས་གྱི་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཉེར་བཞེགས་སམ་དངོས་གཞིའི་ས་ཐོབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཛོལ་སྟེ།  
 བསམ་གཏན་སས་བསྐྱེས་གྱི་སེམས་དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཟག་མེད་གྱི་རྣམ་པ་ནི་འཕགས་པ་སྟེ། ཟག་མེད་གྱི་བསམ་གཏན་ས་དྲུག་  
 གི་སེམས་ཐོབ་པ་དེས་འཛོལ་པོ། །གཉིས་པ་ལ་སྐྱེར་བསྐྱར་པ་ནི། སྐྱེ་སྐྱེ་  
 ཐོབ་པའི་རྣམ་པ་ཇི་ལྟར་ཐོབ་ཅེ་ན། སྐྱེ་སྐྱེ་ཐོབ་པའི་རྣམ་པ་ནི།  
 རྣམ་པ་སྐྱེན་པ་པོའི་གང་ཟག་གཞན་ནམ་དགེ་འདུན་གྱི་རྣམ་པར་རིག་.....  
 བྱེད་ཀྱིས་འཛོལ་པོ། །སྟགས་པའི་སྐྱེས་ནི་བྱེ་བྱག་ཏུ་སྐྱེ་བ་འདུལ་བ་པ་  
 རྣམས་རྣམ་པ་བརྩམས་བསྟེན་པར་རྫོགས་སོ། །ཞེས་བཤད་པ་བསྐྱེད་སྟེ།  
 ལྷང་མ་མོ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་འགྲེལ་པ་ལས་བརྩམས་བསྟེན་ཏོ། །གཉིས་པ་བྱེ་  
 བྱག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལེན་པའི་དུས་ཀྱི་ཁྱད་པར། བསྟེན་གནས་  
 ཀྱི་ཁྱད་པར། དགེ་བསྟེན་གྱི་ཁྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱེ་ཐོབ་ཀྱི་རྣམ་པ་





རུས་ཇི་སྲིད་རུ་སྒྲང་ཞེ་ན། སོ་སོ་ཐར་པའི་སྦྱོམ་པ་རིགས་བརྒྱན་ནི་ཇི་སྲིད་  
 འཆོ་བའི་བར་རུ་དང་། ཉིན་ཞག་གཅིག་རུ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བར་བྱ་སྟེ།  
 རུས་ཀྱི་མཐའ་ནི་སྟོག་དང་ཉིན་ཞག་གི་མཐའ་གཉིས་ཡིན་པས་སོ། །སྦྱོམ་  
 མིན་གྱི་རུས་ངེས་པ་གང་ཞེ་ན། ལྷས་ངག་གི་བྱ་བ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་  
 རྒྱས་ཐོབ་པས་ཇི་སྲིད་འཆོ་བའི་རིགས་ཡིན་ལ། ཉིན་ཞག་གཅིག་པའི་སྦྱོམ་  
 མིན་མེད་དེ། དེ་ནི་བསྟེན་གནས་དེ་ལྟར་རུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་རུ་ནོད་པ་  
 རོན་མེད་ཅེས་གྲག་གོ། བྲག་ཅེས་པ་ཟུར་ཟ་བ་སྟེ་རུས་རེ་ཞིག་པ་ཡང་ཡོད་  
 པར་སྟོན་པའོ། །མདོ་སྟེ་པ་ནི་སྦྱོམ་མིན་གྱི་ངོ་བོ་སྟུག་པ་བྱ་བའི་སེམས་པ་  
 ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཤན་པ་སོགས་སེམས་དགེ་བ་ལ་གནས་པའི་ཆོ་  
 ཡང་སྟོག་པ་བྱ་བའི་སེམས་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་མ་སྤངས་པས་སྦྱོམ་མ་  
 མིན་དེ་དང་ལྡན་པར་འདོད་དེ། ཐེག་ཆེན་དང་མཐུན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 གལ་ཏེ་བསྟེན་གནས་ཉིན་ཞག་གཅིག་རུ་ནོད་ན་ཇི་ལྟར་ནོད་པར་བྱ་ཞེ་ན།  
 ནད་པ་མ་ཡིན་པས། དམའ་བར་འདུག་ཅིང་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་འཕོགས་པ་  
 བོས་སྒྲིས་པའི་རྗེས་སུ་བསྐྱས་པ་ཡིས། རོད་ཅིང་རྒྱན་ནར་མ་ལས་གཞན་  
 པས་མི་བརྒྱན་པར་བསྐྱང་རུས་ནི་སང་ནམ་ལངས་ཀྱི་བར་རུའོ། །དག་  
 བཅོམ་པ་དང་ཉེ་བར་གནས་པས་བསྟེན་གནས་ཏེ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཆང་མ་  
 བར་ནོད་པར་བྱའོ། །ཞེན་རུས་ནི་ནངས་པར་སྔ་དྲོ་ཟས་མ་ཟོས་པའི་རུས་  
 ལའོ། །ལུལ་ནི་གཞན་ལས་སོ། །གང་གིས་ཆོས་བརྒྱད་ལ་རྟག་རུ་བསྟེན་  
 གནས་བསྐྱང་བའི་ངེས་པ་བྱ་བ་དེས་ནི་ཟས་ཟོས་ཀྱང་གཞན་ལས་ནོད་མ་  
 པར་བྱ་སྟེ། རྒྱུན་ཡོད་ཀྱང་མི་འདའ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པས་སོ། །གནས་  
 འཛོག་གིས་ཞུས་པར། དགོས་པ་ངམ་བྲིམས་ཤེས་པ་གཅིག་གི་གན་རུ་སོང་





ལྷ། ཞེས་དང་། འདུལ་བ་ལུང་དུ་བྱིམ་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱིས་  
 མགོན་པོ་ལ་བསྟེན་གནས་སོག་པར་བཤད་པས་དགེ་བསྟེན་ལས་ཀྱང་སྤང་  
 ཏུ་བྱང་ལ། དགེ་བསྟེན་སྟོན་བརྒྱད་དུ། དགེ་བསྟེན་ཡང་དགེ་བསྟེན་ལས་  
 སྤང་བར་བཤད་དོ། །བསྐྱ་བ་ལས། བྱིམ་པའི་སྟོན་པ་རང་གིས་ཀྱང་ལེན་  
 པར་གསུངས་སོ། །ཡན་ལག་བརྒྱད་གང་ཞེན། ཅ་བ་བཞི་དང་། ཆང་  
 དང་། གར་སོགས་ཕྱིང་སོགས་དང་། མལ་ཆེ་མཐོ་དང་། ཕྱི་དྲོའི་ཁ་ཟས་  
 ཏེ་ཡན་ལག་བཞི་སྤྱང་བའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནོད་ཅེན། རང་  
 བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྤྱང་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཞི་དང་། བག་  
 ཡོད་པའི་ཡན་ལག་གཅིག་དང་། བརྟུལ་ཞུགས་གྱི་ཡན་ལག་གསུམ་སྟེ་རིམ་  
 པ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བག་ཡོད་དང་བརྟུལ་ཞུགས་གྱི་ཡན་ལག་མ་ནོད་  
 བ་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེན། ཆང་འཐུང་བ་དེ་ཡིས་དུན་པ་ཉམས་པ་དང་།  
 གར་སོགས་གསུམ་གྱིས་དྲེགས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་འཆལ་ཚུལ་ཐག་མི་  
 རིང་བས་སོ། །གར་སོགས་ཕྱིང་སོགས་རབ་བྱུང་ལ་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པས།  
 ཡན་ལག་གཉིས་སུ་བྱེ་ལ། བྱིམ་པ་ལ་དེ་ལྟ་མིན་པས་གཅིག་དུ་བསྐྱས་སོ། །  
 གསེར་དངུལ་ལེན་པ་མ་བཅས་པ་ནི་བྱིམ་པ་ལ་གསོག་འཛིག་ཚུལ་དང་མི་  
 མཐུན་པ་མེད་པས་སོ། །བསྟེན་གནས་འདི་དགེ་བསྟེན་ལས་གཞན་ལ་ཡོད་  
 དམ་མེད་ཅེན། དགེ་བསྟེན་ལས་གཞན་པའི་བྱིམ་པ་ལ་ཡང་ཡོད་མོད་གྱི་  
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་མ་སོང་བ་ལ་མེད་དོ། །གསུམ་པ་དགེ་  
 བསྟེན་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པ་ལྟ་སྟེ། ལུང་གི་དོན་བཤད། མདོ་དང་འགལ་  
 བ་སྤང་། སྟོན་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་པར། སྦྱབས་གནས་བཤད་པ། ཡན་ལག་  
 གི་ཁྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། མདོ་ལས། མིང་ཆེན། འདི་ལྟར་བྱིམ་པ་གོས་







དཀར་པོ་བཤོས་པ་པོའི་དབང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་སངས་རྒྱལ་སྐུ་བས་  
 ལུ་འགོ། ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་སྐུ་བས་ལུ་འགོ་ཞིང་། བདག་ལ་དགེ་  
 བསྟེན་ཏུ་གཟུང་ཏུ་གསོལ། ཞེས་ཆོག་ཏུ་སྤྲོད། འདི་ཙམ་གྱིས་དགེ་བསྟེན་  
 ཏུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་སྐུ་བས་འགོ་ཁོན་ས་དགེ་  
 བསྟེན་ཏུ་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། ཉེ་འོག་པས་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་ཆེ་  
 བས་མི་འགྱུར་ཏེ། ལུང་གི་དོན་ནི་དགེ་བསྟེན་ཉིད་ཏུ་གཟུང་ཏུ་གསོལ་  
 ཞེས་དེ་པན་ཆད་ནམ་འཛོའི་བར་ཏུ་སྟོག་གཅོད་སྤྱང་རོ། །ཞེས་ཁས་  
 གླངས་པ་ཁོན་ལས་འདིའི་སྟོན་པ་སྟེ། །འོན་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་གཞི་  
 བསྟན་པ་ནི་དེ་ཤེས་པའི་ཆེད་ཏུ་སྟེ། དཔེར་ན་དགེ་སྤྱང་དང་དགེ་ཚུལ་གྱི་  
 སྟོན་པ་ཐོབ་ཟིན་ཀྱང་ཤེས་པའི་ཆེད་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་གཞི་བཟོད་པ་བཞིན་  
 རོ། །ཞེས། །གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་དགེ་བསྟེན་ཐམས་ཅད་མི་མཐུན་སྟུགས་  
 ཐམས་ཅད་ལས་ལྷན་དག་སྟོན་པའི་ཡན་ལག་ལྷ་ཆར་ཆར་བ་ལ་གནས་པ་  
 དཤོས་པ་ཡིན་ན། སྟོན་པས་བསྐྱེད་པ་གཞི་གཅིག་བསྐྱུང་བ་རྣམས་སྟེ་གཅིག་  
 སྟུང་པ་དང་། སོགས་པས་གཉིས་བསྐྱུང་བ་སྟུགས་གཅིག་བསྐྱུང་བ་དང་།  
 གསུམ་མམ་བཞི་བསྐྱུང་ན་པལ་ཆེར་སྟུང་པ་དང་། ལྷ་ཆར་བསྐྱུང་ན་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་དགེ་བསྟེན་ཞེས་གསུངས་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
 དང་པོ་ཡོངས་རྫོགས་གླངས་པ་ཕྱིས་ཡན་ལག་ཁ་ཅིག་ཉམས་ཀྱང་ལྷག་མ་  
 དེ་དང་དེ་བསྐྱུང་བ་ལས་དེ་སྟུང་པར་གསུངས་པའོ་ཞེས། །གཤམ་ཅས་པ་ནི།  
 མདོ་ལས་འདས་པར་སྟོན་པ་སྟེ། སྟོག་གཅོད་སྤྱང་ཞེས་པ་ནི་གང་ཏུ་ཡང་  
 མི་འབྱུང་ཞིང་། ཉམས་ན་སྟེ་གཅིག་སྟུང་པ་སོགས་ཞེ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་  
 འཐད་ན། གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོན། དེས་ན་དང་པོ་ཉིད་ཏུ་བསྐྱེད་པ་གཞི་དེ་དང་





དེ་བླངས་ཏེ། བསྐྱེད་བ་རྣམས་ལྷ་གཅིག་སྦྱོང་པ་སོགས་སོ་ཞེས་ཉི་འོག་པ་  
 ལ་སོགས་འདོད་དོ། སྦྱིར་གསུང་རབ་རྩ་དག་བསྟེན་བརྟུན་འབྱུང་སྟེ།  
 སྦྱབས་སུ་འཛིན་པ། ལྷ་གཅིག་སྦྱོང་པ། སྦྱགས་གཅིག་སྦྱོང་པ། སེལ་ཆེར་  
 སྦྱོང་པ། ཡོངས་རྫོགས་ཆོངས་སྦྱོང་། བསྟེན་གནས་ཡན་ལག་བརྒྱད་རི་  
 སྟེང་འཆོ་བའི་བར་རྩ་བླངས་ཏེ་བསྐྱེད་བ་གོ་མའི་དག་བསྟེན་ནོ། །དེ་ལ་  
 དང་པོ་ལྷ་མིང་ཆེན་གྱི་མདོ་དང་། རྩལ་པ་ལུང་རྣམ་འབྱེད། བརྟུན་པ་  
 ཀུན་རྩ་རྩ་སེན་རིངས་ཀྱིས་ཞུས་པར་དེས་དེ་འདྲ་བའི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་...  
 ལས་བླང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཆེ་བ་ནི་ལྷ་པ་དང་། རྩལ་པ་མ་  
 གཏོགས་པ་གཞན་མི་འདོད་ལ་འདིར་ནི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་དབང་རྩ་བྱས་...  
 པའོ། །གསུམ་པ་ནི། སྟོན་པ་ཆུང་རྩ་དང་སོགས་པ་འབྲིང་དང་ཆེན་པོར་  
 འབྱུར་བའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ནི། དད་སོགས་ཆེ་ཆུང་དང་ལྷན་པའི་ཡིད་རི་  
 བཞིན་གྱི་དབང་གིས་ཏེ། དེས་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྟོན་པ་དག་བཙམ་ལ་ཆུང་ལ།  
 སོ་སྟེ་ལ་ཆེ་བའང་ཡོད་དོ། །བཞི་པ་ནི། སྦྱབས་འགྲོ་ནི་སྟོན་པ་བླང་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་རྩ་འགྲོ་བས་གང་ཞིག་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་  
 འགྲོ་བའི་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ནི་གང་བསྟེན་པས་སངས་རྒྱས་སུ་འཛིན་པར་...  
 བྱེད་པའི་ཆོས་མི་སྟོབ་པའི་ལམ་ཆོས་སྦྱུང་དང་། དག་འདུན་ནི་གང་ཐོབ་  
 པས་འཕགས་པའི་དག་འདུན་རྩ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་སངས་རྒྱས་...  
 ལས་གཞན་པའི་སྟོབ་མི་སྟོབ་གཉིས་ཀའི་ལམ་བདེན་དང་། ཆོས་ནི་ལྷ་  
 ངན་དང་སྦྱག་བསྐལ་རྩ་དང་བཅས་པ་ལས་འདས་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་...  
 འགྲོག་གོ། །སངས་རྒྱས་དང་དག་འདུན་གྱི་རྟེན་གཟུགས་སྦྱ་ནི་ཐག་བཅས་  
 ཡིན་པས་སྦྱབས་གནས་མིན་ཞེས། །སྟོབ་དཔོན་ནི་དེ་ལྟར་ན་འཛིན་རྟེན་







ན་བཤགས་པའི་དོན་ནོ། །བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་ལས་གཞན་  
 བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་རྒྱ་མ་བཞག་པར་མྱོས་འགྱུར་སྤྱང་བ་ཁོ་ན་འཛོག་པ་...  
 ཅི་ཞེ་ན། བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་ལས་མྱོས་འགྱུར་སྤྱང་བ་ཁོ་ན་  
 ཡན་ལག་རྒྱ་བཞག་པའི་དོན་ནི། དེ་ལས་ཡན་ལག་གཞན་ཡང་བསྐྱབ་པའི་  
 ཆེད་དུ་འོ། །ཉན་ཐོས་འདུལ་བ་པ་འགའ་ཞིག་ནི་མྱོས་འགྱུར་འཇུང་བ་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བར་འདྲོད་ལ། མཛོན་པ་བ་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་  
 ཐོ་བར་འདྲོད་དེ། འདིའི་དགག་བྱའི་གཙུག་ཅི་ཞེས་པ་མྱོས་པ་ཡིན་ལ།  
 གཉེན་པོའི་སྒྲོས་ཀྱང་བརྒྱུད་བར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་སྒྲོབ་དཔོན་ནི། སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་ཁོ་ནས་སྤྱད་པ་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་སྒྲོས་ཀྱང་སྤྱད་  
 པར་རྒྱས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཉེས་པ་གཞན་སྤང་བའི་དོན་དུ་བགག་གོ། ཞེས་  
 འདྲོད་དོ། །གཉིས་པ་གང་ལས་ཐོབ་པ་ནི། ཅི་སྒྲོམ་པ་གསུམ་གཞི་གང་  
 ལས་གཅིག་ཐོབ་པ་དེ་ལས་ལྷག་མ་དག་ཐོབ་བམ་ཞེ་ན། མིན་ཏེ། འདྲོད་  
 པར་གཏོགས་པའི་སོ་ཐར་ནི། སྤང་བྱའི་སྦྱར་དངོས་མཁྱེན་གསུམ་ཐམས་  
 ཅད་ལས་དང་། སེམས་ཅན་དུ་སྟོན་མི་སྟོན་ནམ། བཅས་རང་གཉིས་ཀ་  
 ལས་དང་། ད་ལྟར་གྱི་ཡུང་པོ་ཁམས་སྟེ་མཆེད་རྣམས་ལས། སྤང་བྱ་དེ་  
 དང་དེའི་གཉེན་པོར་སྒྲོམ་པ། དེ་དང་དེ་འཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་འདས་མ་  
 འོངས་ལས་ནི་མིན་ཏེ། དེ་དག་སེམས་ཅན་དུ་མི་བགྱང་བས་སོ། །བསམ་  
 གཏན་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དག་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་...  
 ལས་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ཁོ་ན་ལས་ཐོབ་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་  
 ཡིན་པས་དུས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐོབ་ཀྱི། སྦྱར་མཁྱེན་དང་བཅས་



བ་ལས་མིན་ནོ། །སློབ་དཔོན་གྱིས་སྤང་བྱ་འདས་པ་དང་། ད་ལྟར་བ་ནི་  
 སྤྱོད་ཅིན་པས། སྤྲོམ་མི་རྣམས་པས་མ་འོངས་པ་སྤྲོམ་པར་བཤད་དོ། །སྤྱིར་  
 སྤྲོམ་པ་དང་སྤྲོམ་མིན་དེ་དག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཡན་ལག་ཐམས་  
 ཅད་དང་། རྒྱ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐོབ་པ་འཇམ། འོན་ཏེ་དབྱེ་བ་ཡོད་ཅེན།  
 སྤྲོམ་པ་ནི། གཞི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐོབ་སྟེ། སེམས་ཅན་གཞན་  
 ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་བརྒྱུ་དགོས་པས་སོ། །ཡན་ལག་  
 ལས་ལམ་ལ་ནི་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། དག་སྤྲོད་གི་སྤྲོད་བརྒྱན་དང་། དག་ཚུལ་  
 གྱི་སྤྲོད་བཞི་ཡིན་པས་སོ། །རྒྱ་ལའང་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། དག་བའི་རྩ་བ་  
 གསུམ་རྒྱར་འདོད་ན་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཀྱན་སྤྲོད་གི་སེམས་ཆེ་འབྲིང་……  
 རྒྱུ་གསུམ་རྒྱར་འདོད་ན། གསུམ་པོ་དུས་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་བས་རེ་རེ་  
 ལས་ཐོབ་པོ། །གཉིས་པ་སྤྲོམ་མིན་ཐོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་ལས་ཐོབ་པ།  
 རི་ལྟར་ཐོབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྲོམ་པ་མིན་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 དང་ཡན་ལག་ལས་ལམ་ཀྱན་ལས་ཐོབ་སྟེ་སྤྲོ་ཐམས་ཅད་ནས་གཞོད་པ་……  
 ལས་ཞུགས་པས་སོ། །རྒྱ་ནི་ཐམས་ཅད་ལས་འཐོབ་པ་མིན་ཏེ། དུག་གསུམ་  
 མམ་སེམས་རྒྱུ་དུ་སྟགས་གང་དུ་འདོད་ཀྱང་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་བས་སོ། །  
 ཞེས། །སློབ་དཔོན་ནི་དེ་ལྟར་ན་ཤན་པ་སྟགས་ལའང་སྤྲོམ་མིན་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། རང་གི་པ་མ་སྟགས་གསོད་འདོད་མེད་པས་སོ། །ཞེན། འོན་  
 ར་ལྷག་ལ་སྟགས་ཀྱང་པ་མར་གྱུར་པ་ན་གསོད་འདོད་མེད་པས་དེ་ལས་……  
 སྤྲོམ་མིན་མི་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཤན་པ་མ་བྱེན་ལེན་སྟགས་མི་བྱེད་  
 པའང་ཡོད་པས་རི་ལྟར་ཡན་ལག་ཀྱན་ལས་སྤྲོམ་མིན་ཐོབ་ཅེས་འགོག་གོ། །  
 བྱེ་བྲག་རྩ་བ་ནི་སྤྲོམ་པའང་ངེས་པ་ལྟ་དང་མ་བྲལ་ན་སྤྱིག་པའི་སེམས་དང་



མ་བྲལ་བས་མི་སྐྱེ་ཞིང་། སྦྱོར་མིན་ལ་ཡང་མ་ཆང་བ་དང་ཉེ་ཆེ་བ་མེད་  
 པས་ཤན་པས་བསྐྱབ་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཞིག་བྱངས་ཀྱང་དེ་ལ་སྦྱོར་པ་……  
 མེད་པར་སྦྱོར། མཛད་ལྡེ་པ་ནི་རི་ལྟར་ཁས་བྱངས་པ་ལྟར་སྦྱོར་མིན་ཐོབ་ལ་  
 རིགས་བརྒྱད་མ་གཏོགས་པའི་སྦྱོར་པ་འང་མ་ཆང་བ་དང་། ཉེ་ཆེ་བ་ཡང་  
 ཡོད་དེ། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་འཆལ་ཚུལ་དེ་ཙམ་གྱིས་གཤམ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་ཟེར་རོ། བསྐྱུ་བར་ཡང་མི་དགེ་བ་བརྟུ་སྟོགས་གཅིག་སྤྱོད་བ་བརྟུ་  
 དང་ཕལ་ཆེར་སྤྱོད་བ་བརྟུ་དང་ཀུན་སྤྱོད་བ་བརྟུ་དང་། ཉིན་ཞག་ནས་  
 ལོའི་བར་རུ་ཡུན་ཐུང་རུ་སྤྱོད་བ་བརྟུ་དང་། ལོ་ཕན་ཆད་ཡུན་རིང་རུ་སྤྱོད་  
 བ་བརྟུ་དང་། རི་སྤྱིད་འཆོའི་བར་རུ་སྤྱོད་བ་བརྟུ་དང་། རང་ཉིད་སྤྱོད་བ་  
 བརྟུ་དང་། གཞན་སྤྱོད་རུ་འཕུག་པ་བརྟུ་དང་། སྤྱོད་བའི་བསྐྱུ་གས་པ་རུ་  
 མ་བརྟུ་དང་། སྤྱོད་བ་མཐོང་ན་དགའ་ཞིང་ཡི་རང་བ་བརྟུ་སྟེ།  
 སྦྱོར་པར་གཏོགས་པ་བརྟུ་བཤད་དོ། གཉིས་པ་ནི། སྦྱོར་པ་མིན་པ་ནི།  
 དེའི་རིགས་སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསོད་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་འཕམ་གཞན་གྱི་རིགས་  
 སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་འཆོ་བ་འདིས་འཆོ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཁས་ལེན་པ་ལས་……  
 འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། གསུམ་པ་བར་མའི་ཐོབ་ཚུལ་ནི། སྦྱོར་པ་དང་སྦྱོར་  
 མིན་གྱི་ལྷག་མ་བར་མའི་རྣམ་རིག་མིན་པ་ནི་རྣམ་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་……  
 རྣམས་བདུན་ལྟ་བུ་དང་། སངས་རྒྱལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ་བཟའ་བ་བྱ་  
 མཉམ་པ་ལྟ་བུ་ཡི་དམ་ལེན་པ་ལས་དང་། བྱ་བ་ལ་གྲས་པར་བྱེད་པས་དགེ་  
 མི་དགེའི་བྱ་བ་རྩོམ་པར་བྱེད་པ་ལས་ཐོབ་པོ། གསུམ་པ་རྒྱ་གང་གིས་  
 གཏོང་བ་ལ་བཞི་སྟེ། སྦྱོར་པའི་གཏོང་རྒྱ། སྦྱོར་མིན་གྱི་གཏོང་རྒྱ། བར་  
 མའི་གཏོང་རྒྱ། ཆོས་གཞན་གྱི་གཏོང་རྒྱའོ། །དང་པོ་ལ་སོ་སོ་ཐར་པའི་





འདུལ་བ་ནི། བསྐྱབ་པ་བསམ་པ་ཐག་པས་ཕུལ་བས་གཏོང་སྟེ། བླངས་པ་  
 དང་འགལ་བའི་རིག་བྱེད་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར། ཤི་འཕོས་པས་གཏོང་སྟེ། རྟེན་  
 བོར་བའི་ཕྱིར། མཚན་གཉིས་ཅིག་ཆར་འབྱུང་བས་གཏོང་སྟེ། རྟེན་ཉམས་  
 པའི་ཕྱིར། དགེ་བའི་ཙ་བ་ཆད་པ་ལས་ཀྱང་གཏོང་སྟེ། གཞི་ཆད་པའི་ཕྱིར།  
 བསྟེན་གནས་ནི་མཚན་མོ་འདས་པས་ཀྱང་གཏོང་སྟེ། འཕེན་པའི་དུས་  
 རྩོགས་པས་སོ། །བསྐྱབ་པ་ལས། རབ་བྱུང་ནི་ཙ་ལྟང་བྱུང་བ་དང་། དགེ་  
 བསྟེན་དང་བསྟེན་གནས་ནི་སེམས་མི་མཐུན་པ་སྦྱེས་པས་ཀྱང་གཏོང་བར་  
 བཤད་དོ། །ཁ་ཅིག་ཙ་བའི་ལྟང་བར་འགྱུར་བ་བཞི་པོ་གང་རུང་བྱུང་བ་  
 ལས་ཀྱང་གཏོང་བར་སྣ་ཉེ་རྒྱུད་རོ་ཆ་ཁྲེལ་མེད་ཆེན་པོས་ཉམས་པའི་ཕྱིར།  
 ལྟང་གཞི་ལས། དེ་བྱས་ན་བྱས་མ་ཐག་ཏུ་དགེ་སྤྱོད་དུ་མི་རུང་རོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པས་སོ། །ཅིས་པ་ཁྱུངས་སུ་བྱེད་དོ། །གཞན་དག་ནི་དམ་པའི་  
 ཆོས་རྒྱབ་པ་ལས་ཀྱང་གཏོང་བར་འདོད་དེ། བསྐྱབ་པའི་མཚན་རྣམས་  
 བཞག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ། །སྤྱོད་དཔོན་ནི་སྤྱོད་མེད་གསར་དུ་མི་  
 ཐོབ་ཀྱི་ཐོབ་ཟིན་མི་གཏོང་བར་འདོད་དོ། །ཁ་ཆེ་བ་རྣམས་ནི་ཙ་ལྟང་བྱུང་  
 བ་ལས་སྤོམ་པ་མི་གཏོང་སྟེ། སུ་ལོན་ཡང་ཆགས་ལ་ནོར་ཡང་ཡོད་པའི་མི་  
 བཞིན་དུ། ཚུལ་ལྡན་དང་ཚུལ་འཆལ་གཉིས་སུ་འདོད་ལ་སུ་ལོན་འཇལ་བ་  
 བ་ནོར་ཅན་ཡིན་གྱི་སུ་ལོན་ཅན་མིན་པ་བཞིན་དུ། ཙ་ལྟང་དེ་བཤགས་ན་  
 ཚུལ་ལྡན་ཡིན་གྱི་ཚུལ་འཆལ་མིན་ཞེས་བཞེད་དོ། །འདི་ནི་ཙ་ལྟང་གང་  
 བྱུང་བ་ལ་འཆབ་སེམས་མ་སྦྱེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་འཆབ་སེམས་སྦྱེས་་་་  
 བ་ལྟང་བ་བཤགས་པ་ཙམ་གྱིས་ཚུལ་ལྡན་དུ་རི་ལྟར་འགྱུར། རིགས་པ་ནི།  
 ཕྱོགས་གཅིག་ཉམས་པ་ལས་ཀྱན་གཏོང་བར་མི་རིགས་ཏེ། གཅིག་བླངས་





བས་ཀྱང་སྒྲངས་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཁྱུ་པ་ལས། གཅིག་ལ་པམ་  
 བ་བཞི་བྱང་བར་བཤད་པས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། པམ་པ་སྤྲ་མས། སྤྲ་པ་གཏང་  
 ན་པམ་པ་ཕྱི་མ་མི་འབྱུང་བས་སོ། །སྤྲ་ཆོགས་ལས་ཀྱང་། ཟག་པ་ཟད་  
 པའི་ཆོ་སྤྲ་གྱི་གྲལ་དུ་འཇུག་པར་བྱའོ་ཞེས་པས་ཀྱང་བསྟན་ཏེ། བསྐྱབ་  
 སྤྲུལ་ལ་སྤྲ་པ་མེད་ན་སྤྲ་གྱི་བསྐྱབ་གྲལ་མི་འབྱུང་བས་སོ་ཞེས། །འདི་ནི་  
 ཚ་ལྷུང་གང་བྱང་བ་ལ་འཆབ་སེམས་མ་སྐྱེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་འཆབ་  
 སེམས་སྐྱེས་ན་བཤགས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་འདག་པས་ཚུལ་ལྟར་དུ་ངེ་ལྟར་.....  
 འགྱུར། མདོ་སྤེ་པ་ནི། པམ་པ་བྱང་ན་གཅིག་གིས་ཀྱང་གཏོང་སྟེ། ལྷུང་  
 གཞི་ལས་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་ལྷུང་ངོ་། །ཚ་ལྷུང་བྱང་ཡང་འཆབ་སེམས་མ་  
 སྐྱེས་ན་པས་པམ་པ་མ་ཡིན་པས་དགེ་སྤྲོད་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྤྲོད་དགའ་བ་  
 ཅན་བཞིན་ནོ། །སྤྲ་ཆོགས་ལས། དགེ་སྤྲོད་དག་དགེ་སྤྲོད་དགའ་བ་ཅན་  
 གྱིས་སྤྱད་བྱ་མིན་པ་སྤྱད་ཀྱང་སེམས་གཅིག་གིས་ཀྱང་མ་འཆབས་པས་འདི་  
 པམ་པར་མ་གྱུར་གྱི་ངེ་སྤྲོད་འཆོའི་བར་དུ་བསྐྱབ་པ་སྤྲུལ་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 འབྱུང་བས་སོ་ཞེས། །འདིས་ནི་པམ་པ་དང་ཚ་ལྷུང་གཉིས་ལ་བྱད་འབྲེད་  
 པར་མངོན་ནོ། །འགའ་ཞིག་ནི་པམ་པ་དང་པས་པམ་ལ་བྱད་འབྲེད་ཟེར་  
 རོ། །བསམ་གཏན་དུ་གཏོགས་པའི་དགེ་བ་གཟུགས་ཅན་ཡིན་མིན་ཀྱན་ནི།  
 ས་གོང་མ་ལས་འོག་མ་དག་དུ་འཕོས་པ་དང་། གོང་མའི་སྟོམས་འཇུག་  
 ལས་ཉམས་པ་སྟེ། རྒྱ་གཉིས་དག་གིས་གཏོང་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་  
 མེད་གཏོགས་པ་འང་ས་འཕོས་པ་དང་ཉམས་པ་དག་གིས་གཏོང་ངོ་། །  
 འབགས་པ་སྟེ་ཟག་མེད་གྱི་ལམ་ནི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པས་ཞུགས་པའི་ལམ་.....  
 དང་། དབང་པོ་སྤྱངས་པས་བརྟུལ་པོའི་ལམ་དང་། ལམས་གོང་མ་ལས་





ཉམས་པ་ལས་ཕྱིར་མི་འདྲ་གི་འབྲས་བུ་སོགས་གཏོང་ངོ་། །གཉིས་པ་སྒྲུབ་  
 མིན་གཏོང་བའི་རྒྱ་ལ། སྒྲུབ་མིན་ནི་སོ་ཐར་དང་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲུབ་པ་  
 གང་རུང་ཐོབ་པ་དང་། ཤི་བ་དང་མཚན་གཉིས་ཅིག་ཆར་བུང་བ་ལས་  
 གཏོང་ལ། སྒྲུབ་མིན་མི་བྱ་བར་བསམ་པ་ཐག་པས་དམ་བཅས་ཀྱང་། སྒྲུབ་  
 པ་མ་སྐྱེས་བར་སྒྲུབ་མིན་མི་གཏོང་ལ་གལ་ཏེ་དེ་བསྐྱེན་གནས་བསྐྱེད་ས་ཏེ།  
 སང་ཉིན་བསྐྱེན་པར་རྒྱགས་པ་ན་སྒྲུབ་མིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རམ་མི་འགྱུར་ལོ་  
 ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་སྒྲུབ་མིན་གཏན་དུ་གཏོང་བའི་སེམས་མེད་པས་སྒྲུབ་མིན་  
 སྒྲར་ཡང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། ལྷགས་གོང་དམར་འབར་བ་ཡང་སྒྲུབ་པོར་  
 འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་སྒྲུབ་ཏེ། གཞན་དག་ནི་སྒྲུབ་མིན་གྱི་སྒྲུབ་པ་མི་བྱེད་ན་  
 མི་འགྱུར་བར་སྒྲུབ་ཏེ། གསུམ་པ་བར་མའི་གཏོང་རྒྱ་ནི། འཕེན་བྱེད་དང་  
 པའམ། ཉོན་མོངས་པའི་ཤྱགས་ཆད་པ་དང་། སྒངས་པ་ཆད་པ་དང་།  
 སྒངས་པ་བཞིན་མ་བྱས་པའི་བྱ་བ་ཆད་པ་དང་། ལྷགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་  
 མཚད་རྟེན་དང་། རི་དྲགས་འཛིན་པའི་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་དོན། ཆད་པ་  
 དང་། ཆོ་ཆད་པས་གཏོང་ལ། དགེ་བའི་རྩ་བ་ཆད་པས་ཀྱང་ངོ་། །བཞི་པ་  
 ཆོས་གཞན་གྱི་གཏོང་རྒྱ་ནི། འདོད་པར་གཏོགས་པའི་དགེ་བ་གཟུགས་  
 ཅན་མིན་པ་ནི། དགེ་རྩ་ཆད་པ་དང་ཁམས་གོང་དུ་སྐྱེས་པ་ལས་གཏོང་ལ།  
 ཡིད་མི་བདེ་དགེ་བའི་ཆ་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོ་ཐོབ་པས་གཏོང་བ་ལྟ་  
 བུ་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་གཏོང་བའང་ཡོད། ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་གཟུགས་ཅན་མིན་པ་ཁམས་གསུམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི། རང་  
 གི་གཉེན་པོ་སྤང་ལམ་སྐྱེས་པས་རྣམ་པར་ཉམས་ཤིང་གཏོང་བར་འགྱུར་རོ།  
 མདོ་ལྟེ་པ་སོགས་ནི་ལས་ཐམས་ཅད་སེམས་པར་འདོད་པས། གཏོང་རྒྱ་ནི་



འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་པ་འདི་འདྲ་མི་བཞེད་དོ། །བཞི་པ་གང་ཟག་གང་ལ་ལྷན་  
 རྒྱལ་ནི། སྤྲེལ་པ་དང་སྤྲེལ་མིན་སེམས་ཅན་གང་ལ་ཡོད་ཅེན། དང་པོ་  
 ཉན་མཚན་གང་ཡང་མེད་པའི་བཟང་དང་། ཡོད་ཀྱང་དགའ་བའི་དོན་  
 བྱེད་མི་རྣམས་པ་མ་ནིང་དང་། མཚན་གཉིས་པ་དང་། སྤྲེལ་སྤྲེལ་མ་  
 གཏོགས་པའི་སྤྲིང་གསུམ་གྱི་སྤྲེལ་པ་དང་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་སྤྲེལ་མིན་ཡོད་  
 དོ། །སྤྲེལ་པ་འདྲ་དེ་བཞིན་རྩ་མི་དང་ལྷ་ལ་ཡོད་དོ། །གཞན་ལ་མེད་པ་ནི་  
 འདུལ་བར་དེ་ལྟ་བུ་གསལ་བར་གསུངས་པ་དང་། ཟུང་སྟགས་སྟོང་སྟོང་  
 རྟོག་པ་མི་བཟོད་པ་དང་རྟོག་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཤས་ཆེ་བ་དང་། རོ་  
 ཚ་ཁྲེལ་ཡོད་ཤས་ཆུང་བ་དང་། སྤྲེལ་སྤྲེལ་པ་ལ་ལེན་པ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་  
 མེད་པ་དང་། ངན་སོང་ལ་རོ་ཚ་ཁྲེལ་ཡོད་མེད་པས་སྤྲེལ་པ་མེད་དོ། །སྤྲེལ་  
 མིན་མེད་པ་ནི་སྤྲེལ་པ་ལ་འདྲ་སྤྲེལ་བཟོད་པ་དང་། སྤྲེལ་སྤྲེལ་པ་ལ་སྤྲེལ་  
 པ་བྱ་བའི་བསམ་པ་མེད་པ་དང་། ངན་སོང་བ་ལ་རོ་ཚ་ཁྲེལ་ཡོད་ལ་འཛིན་  
 པ་མེད་པ་དང་། གང་ལ་གཉེན་པོ་སྤྲེལ་པ་ཡོད་པའི་གཞི་ལ་སྤྲེལ་མིན་ཡང་  
 འདྲ་གདགས་པས་སོ། །ཁྱུ་ལ་བསྟེན་གནས་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི་ལེགས་  
 རྒྱུད་ཅུ་མོ་ཞེས་སོ། །བསྟེན་བར་ནི་བསམ་པ་མ་ཉམས་ན་བསྟེན་གནས་སྟེ་  
 བར་བཤད་པས། ཁྱུ་ལ་འདྲ་སྟེ་ལ་ཟུང་སྟགས་ཀྱང་དགེ་བསྟེན་བསྟུང་ན་  
 བསོད་ནམས་འདྲ་བར་བཤད་ཅིང་། ཡེ་ཤེས་བཤེས་གཉེན་ཀྱང་སྟབས་  
 འགྲེལ་དགེ་བསྟེན་མ་བཞག་ཅེས་འཆད་དོ། །དེ་ལ་འདྲ་མི་རྣམས་ལ་སོ་  
 ཐར་སྟགས་སྤྲེལ་པ་གསུམ་མོ། །འདོད་ལྷ་ལ་ཡོད་རྩ་བ་དང་།  
 གཟུགས་ཁམས་སྤྲེལ་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་ཡོད་ངེས་པའི་སྟོན་ནས་བསམ་.....  
 གཏན་ལས་སྤྲེལ་པའི་སྤྲེལ་པ་ཡོད་ཀྱི། གོང་མ་ན་ནི་མེད་དོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་





རྩོམ་པ་ནི་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དུ་སྦྱེས་པ་ཆངས་ཆེན་དང་། འདུ་  
 ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དུ་སྦྱེས་པ་མ་གཏོགས་པའི་འདོད་གཟུགས་ཀྱི་ལྟ་  
 ལ་ཡོད་ཅིང་། གཟུགས་མེད་ན་འང་། འཕགས་པ་ལ་ལྟན་པའི་སྒྲིན་ལོང་  
 རོ། །འདོད་གཟུགས་ཀྱི་གང་ཟག་ལ་འང་། གནས་གཙང་མ་པ་ལ་ཡོད་ངེས་  
 པ་དང་གཞན་རྣམས་ལ་ཡོད་ཅུང་ཙམ་མོ། །གསུམ་པ་མདོ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ལས་ཀྱི་དོན་ལ་གཉིས་ཏེ། ལས་སྤུན་མོང་དུ་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་སྒྲིན་ནས་དབྱེ་བ་དང་། ལས་  
 ཀྱི་རྣམ་གངས་དུ་མ་བསྟན་པ། ལས་གང་འབྲས་བྱ་གང་དང་བཅས་པ།  
 ལས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། འབྲས་བྱའི་  
 སྒྲིན་ནས་དབྱེ་བ་དང་། རྒྱའི་སྒྲིན་ནས་དབྱེ་བ་དང་། གཉིས་ཀའི་སྒྲིན་ནས་དབྱེ་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། དགེ་བ་ལ་སོགས་གསུམ། བསོད་ནམས་ལ་  
 སོགས་གསུམ། བདེ་བ་ལྗང་འཁྱར་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི། གསུམ་ཆོན་  
 གསུམ་པའི་མདོ་ལས། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་ཏོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལ། ལས་གང་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་སྟེ། མཐོ་རིས་དང་ཐར་པ་  
 ཅན་དང་། རྣམ་སྤྲིན་མི་བདེ་བ་ཅན་དང་། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་རྣམ་  
 སྤྲིན་བཏང་སྟོམས་ཅན་ནི། རིམ་པ་བཞིན་དུ། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་།  
 གཞན་ཏེ་ལྷང་མ་བསྟན་ཀྱི་ལས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡང་མདོ་ལས། བསོད་  
 ནམས་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་དང་གསུམ་  
 གསུངས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ནི་འདོད་  
 ཁམས་ཀྱི་དགེ་བའི་ལས་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་མདོ་འབྲེལ་དུ། བསོད་ནམས་  
 ཟུང་མེད་འོད་གསལ་འཆེ། ཞེས་གསུངས་པས་གོང་མའི་དགེ་བའང་





བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ཡིན་ཀྱང་འདིར་སྤྱི་མིང་སྒྲིབ་ལ་བཏགས་པ་སྟེ། རྒྱུན་  
 རྒྱགས་ལྟར་རོ། བེས་སོ། མི་གཡོ་བ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ལས་སྤྱུས་  
 པའི་དགེ་བ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་འདྲོད་པར་ལྟའི་རྣམ་སྤྲིན་མི་ལ་སྤྲིན་པ་ལྟ་  
 བུ་མིན་པར་ས་གོང་མ་དེ་དག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་ལས་ནི་ས་གཞན་ཏུ་མི་སྤྲིན་.....  
 པས་རྣམ་སྤྲིན་མི་གཡོ་བའི་ཕྱིར། མི་དགེ་བ་ནི་བསོད་ནམས་མིན་པར་  
 གྲགས་སོ། གང་བསམ་གཏན་འོག་མ་གསུམ་གཡོ་བར་གསུངས་པ་ནི་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ལ་དགོངས་པའོ། གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། གང་སོ་ནི། བདེ་བ་མེད་  
 བར་འགྱུར་བ་དང་སོགས་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་འགྱུར་དང་བཏང་སྒྲིམས་  
 མེད་འགྱུར་གསུམ་མོ། གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མེད་འགྱུར་གསུམ་བཤད།  
 ཞར་ལ་མེད་འགྱུར་ལྟ་བུར། མེད་འགྱུར་གྱི་ཁྱད་པར་གཏན་ལ་དབབ་  
 པའོ། གང་སོ་ནི། འདྲོད་པ་ནས་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་བར་ས་བཞིའི་  
 ལས་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ནི་བདེ་བ་མེད་འགྱུར་རོ། ཇེ་ཡན་ཆད་ས་ལྟའི་  
 དགེ་བ་ནི་སྤྱག་མིན་བདེ་བའང་མིན་པའི་བཏང་སྒྲིམས་མེད་འགྱུར་རོ། །  
 སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་འགྱུར་ནི་འདྲོད་ཁམས་འདིའི་མི་དགེ་བའོ། འབྲས་བུ་  
 ཆོར་བ་དེ་གསུམ་ཡང་དབང་ཡུལ་རྟེན་དང་བཅས་པའོ། བཞི་པའི་འོག་  
 ན་འང་བར་མ་བཏང་སྒྲིམས་མེད་འགྱུར་ཡོད་དོ་ཅེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར་ན་བསམ་གཏན་ཁྱད་པར་ཅན་དེ་མེད་ན་བདེ་སྤྱག་ཀྱང་མེད་པས་...  
 རྣམ་སྤྲིན་མེད་པར་འགྱུར་བ་ལ་རྣམ་སྤྲིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱི་མིང་  
 པར་བདེ་སྤྱག་བཏང་སྒྲིམས་གསུམ་སྤྲིན་པར་འདྲོད་ཅིང་འདྲོད་ཁམས་.....  
 ལས་གཞན་ན་དེ་གསུམ་ཏུས་གཅིག་ཏུ་སྤྲིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། གཉིས་





པ་ནི། ཚེར་བ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མྱོང་འགྱུར་དང་། རེག་པ་མཚུངས་  
 ལྷན་གྱི་མྱོང་འགྱུར་དང་། དུལ་རྣམས་དམིགས་པ་ལས་མྱོང་འགྱུར་དང་།  
 ལས་རྣམས་རྣམ་སྤྲིན་མྱོང་འགྱུར་དང་། ཚེར་བ་རྩ་མ་ཡིད་པ་ལས་གང་  
 མངོན་རྩ་གྱུར་པ་སྟེ། བྱེ་བྲག་མྱོང་བར་འགྱུར་བ་ལས་རྣམ་པ་ལྔ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། མདོར་བསྟན་པ་ནི། བདེ་བ་མྱོང་འགྱུར་སོགས་  
 གསུམ་པོ་དེ་ཡང་། མྱོང་བར་ངེས་པ་དང་མ་ངེས་པའི་བྱེ་བྲག་ལས་གཉིས་  
 སོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། དབྱེ་བ་རྒྱིར་བསྟན། བྱང་  
 པར་སོ་སོར་བསྟན། མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མཐོང་  
 བའི་ཆོས་དང་སོགས་པས་སྐྱེས་ནས་དང་། ལན་གྲངས་གཞན་ལ་མྱོང་  
 འགྱུར་ཏེ་གསུམ་ཡིད་པའི་ཕྱིར་ན་མྱོང་ངེས་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། མྱོང་  
 བར་མ་ངེས་པ་དང་བཞིའོ། །མྱོང་ངེས་ཀྱི་ལས་གསུམ་ནི་ལས་བྱས་པའི་སྐྱེ་  
 བདེ་ཉིད་དང་། སྐྱེ་བ་གཉིས་པ་དང་། དེ་པན་ཆད་རྩ་རྣམ་སྤྲིན་མྱོང་བའོ། །  
 མདོ་ཕྱེ་པ་སོགས་ནི། དེར་རྣམ་སྤྲིན་མགོ་ཚུམ་པ་ཡིན་གྱི་རྫོགས་པར་མ་  
 ངེས་ཏེ། གལ་ཏེ་ངེས་ན་ལས་སྟོབས་ཆེ་བས་རྣམ་སྤྲིན་ཆུང་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས། །བསྐྱུ་བར་ཡང་། ལས་གཅིག་གི་རྣམ་སྤྲིན་མྱོང་བར་འགྱུར་བ་ལ་  
 མཐོང་ཆོས་མྱོང་འགྱུར་སོགས་གསུམ་ཆར་རྩ་འགྱུར་བར་དཔེ་རྩ་མས་……  
 བཤད་དོ། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་ནི་མཐོང་ཆོས་ལ་མྱོང་འགྱུར་སོགས་རྣམ་སྤྲིན་  
 ལྷུང་བུལ་གྱི་བྱང་ཡིན་གྱི་ སྟོབས་ཆེ་ཆུང་གི་མ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པའི་བྱེ་  
 བྲག་ལས་ལྷུང་བུལ་རྩ་འགྱུར་ཏེ། ལྷུམ་བ་ཟླ་བ་བྱེད་གཉིས་ན་སྤྲིན་ཅིང་།  
 ལས་ཟླ་བ་དུག་གིས་སྤྲིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མཐོང་ཆོས་ལ་མྱོང་འགྱུར་  
 སོགས་དེ་ཙམ་ལ་རྣམ་སྤྲིན་རྫོགས་པར་འདོད་དོ། །ཁ་ཅིག་མ་ངེས་པ་ལ་





ཡང་རྣམ་སྤྲིན་མ་ངེས་པ་དང་། གནས་སྐབས་མ་ངེས་པ་གཉིས་ཏེ། ལས་  
 རྣམ་པ་ལྟོང་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་གཞན་དཔེ་སྤྲིན་པ་རྣམས་རྣམ་སྤྲིན་ངེས་ལ་.....  
 གནས་སྐབས་མ་ངེས་པ་དང་། གནས་སྐབས་ངེས་ལ་རྣམ་སྤྲིན་མ་ངེས་པ་  
 དང་། གཉིས་ཀ་ངེས་པ་དང་གཉིས་ཀ་མ་ངེས་པ་སྟེ་མུ་བཞིའི་ཞེས་ཟེར་ཏེ།  
 ལན་བརྒྱད་རྩ་འགྱུར་ཏེ། ཟ࿃ང་ངེས་གསུམ་ལ་གནས་སྐབས་དང་རྣམ་སྤྲིན་  
 གཉིས་ཀ་ངེས་པ་དང་། གནས་སྐབས་ངེས་ཀྱང་རྣམ་སྤྲིན་མ་ངེས་པ་དང་།  
 མ་ངེས་པ་ལ་འང་གཉིས་ཀ་མ་ངེས་པ་དང་། གནས་སྐབས་མ་ངེས་པ་  
 གཉིས་གཉིས་ཡོད་པས་སོ། །གཉིས་པ་སོ་སོའི་བྱད་པར་ནི། ལས་བཞི་ལས་  
 མཐོང་ཆོས་ཟ࿃ང་འགྱུར་མིན་པ་གསུམ་གྱིས་ངེས་མཐུན་འཕེན་པར་བྱེད་དོ།  
 མཐོང་ཆོས་ལ་ཟ࿃ང་འགྱུར་གྱིས་ནི་སྤར་འཕངས་ཟིན་པ་དེ་ཉིད། རྩོགས་  
 པར་བྱེད་དོ། །ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བ་གང་ན་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་རྩ་ཡོད་ཅེ་ན།  
 ཁམས་དང་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ན་ངེས་པ་གསུམ་དང་མ་ངེས་པ་དང་བཞི་...  
 ཆར་གྱི་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཡོད་ལ། དཔུལ་བ་ན་ནི་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་  
 འཕེན་པ་བཞི་ཀ་ཡོད་ཀྱང་། དགེ་བའི་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མེད་ཅིང་  
 གཞན་གསུམ་ཆར་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་ཡོད་དོ། །ས་གང་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་མི་ཉམས་པའི་བརྟན་པའི་བྱིས་པ་སོ་སྟེ་ནི་ས་དེར་སྟེས་ནས་ཟ࿃ང་.....  
 འགྱུར་མི་བྱེད་དེ། ཟ࿃མ་ས་དེར་མི་སྟེ་བའི་ཟ࿃ར་ཏེ་ས་དེར་འདྲོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བ་བརྟན་པས་སོ། །ས་ལྷག་མ་གསུམ་ནི་བྱེད་ལ། ཆགས་བྲལ་མི་  
 བརྟན་པ་ནི་བཞི་ཀ་བྱེད་དོ། །འཕགས་པ་ནི་ས་གང་ལས་བྲལ་བ་དེར་སྟེས་  
 ནས་ཟ࿃ང་འགྱུར་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་ལན་གངས་གཞན་རྩ་ཟ࿃ང་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡང་མི་བྱེད། འཕགས་པ་འདྲོད་པ་དང་སྲིད་ཅེ་ལས་གྲོལ་བ་ཟ࿃ར་མི་





འང་དང་དགྲ་བཅོམ་པ་ནི་མི་བརྟན་པ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཡང་ས་་་་  
 དེར་སྐྱེས་ནས་དང་། ལན་གངས་གཞན་ལ་སྤྱིང་འགྱུར་གྱི་ལས་བྱེད་པ་  
 མིན་ནོ། །བར་སྤྱིང་ལ་ལས་འཕེན་པ་ཡོད་མེད་ཅེན། སྤྱིང་པ་བར་མ་  
 འདོད་ཁམས་སུ་མངལ་སྐྱེས་དང་སྤོང་སྐྱེས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་མངལ་དང་་་་་་  
 བཅོམ་པའི་གནས་སྐབས་ལྷ་ལྷ་སྟེ་བར་གཅིག་ལ་ངེས་པ་དང་མ་ངེས་པ་་་་  
 གཉིས་གཉིས་ཏེ། ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་སོ། །ངེས་པ་བར་གཅིག་པོ་དེ་ནི་མཐོང་  
 ཆོས་ལ་འབྲས་བུ་སྤྱིང་བའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཏེ། གནས་སྐབས་བར་གཅིག་པོ་  
 དེ་ནི་ལས་གཅིག་གིས་འཕངས་པའི་རིགས་མཐུན་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སོ།  
 གསུམ་པ་སྤྱིང་ངེས་ཀྱི་ལས་བརྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱིར་བཤད་པ། མཐོང་  
 ཆོས་བྱེ་བྲག་རྒྱ་བཤད་པ། ལས་འབྲས་སྤྱིང་ཚུལ་གཞན་བརྟན་པ་ལོ། །དང་  
 པོ་ནི། སྤྱིང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། ཀུན་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་ནས་ཉོན་མོངས་  
 དྲག་པོ་འཇ། རབ་རྒྱ་དང་བ་དྲག་པོས་བྱས་པ་དང་། ཞིང་གི་སྤྱོད་ནས་ཡོན་  
 ཏན་གྱི་ཞིང་དཀོན་མཆོག་ལ་ཕན་གནོད་བྱས་པ་དང་། སྤྱིར་བའི་སྤྱོད་ནས་  
 དགོ་སྟོན་རྒྱན་ཆགས་སུ་བྱས་པ་དང་། ཅི་འདྲ་ཡང་རུང་སྟེ། བ་མ་བསད་  
 པའི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱིང་ངེས་ཀྱི་ལས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། མཐོང་  
 ཆོས་ལ་སྤྱིང་བའི་ལས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། མཐོང་ཆོས་ལ་འབྲས་བུ་སྤྱིང་བ་ཅན་  
 གྱི་ལས་ནི་ཞིང་གི་ཁྱད་པར་ལས། དགོ་སྤྱོད་ཞིག་གིས་དགོ་འདུན་ལ་ཁྱེད་  
 ཅག་ནི་བྱད་མེད་དོ་ཞེས་པས་ཆེ་དེ་ལ་བྱད་མེད་རྒྱ་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
 བསམ་པའི་ཁྱད་པར་ལས་ནི་རང་ལ་དཔགས་ཏེ་སྤྱིང་རྗེ་དྲག་པོ་སྐྱེས་པས་་་་  
 མཆོན་སོར་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུལ། །ཡང་ས་དེའི་འདོད་ཆགས་དང་གཏན་རྒྱ་  
 བལ་བའི་སྐྱེས་བུ་ནི་སྤྱིར་དེར་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ས་དེར་རྣམ་པར་སྤྱོན་པ་



མྱུང་ངེས་ཀྱི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆེ་དེ་ལ་མྱུང་སྟེ། འདྲ་དཔེ་ཕྱིར་མི་འདར་  
 ལ་འདྲ་དཔེ་མྱུང་ངེས་ཀྱི་ལས་ཡོད་པ་ཆེ་དེ་ལ་མྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །མཐོང་  
 ཆོས་ཀྱི་ཞིང་རི་ལྟ་བུ་ཞེན། སངས་རྒྱལ་སོགས་དག་སྤྱོད་གི་དག་འདུན་  
 དང་གང་ཟག་གང་དག་མྱུང་འདས་དང་འདྲ་བའི་འགོག་པའི་སྒྲིམས་.....  
 འཇུག་ལས་ལངས་པ་དང་། ལྷག་བསམ་མཆོག་དང་ལྷན་པ་བྱམས་པ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་ལངས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་  
 དང་སྒྲིམ་སྤང་ཀུན་སྤངས་པའི་གནས་ལྷུང་གསར་པ་དང་ལྷན་པ་མཐོང་.....  
 ལམ་དང་དག་བཅོམ་འབྲས་བུ་ལས་ལངས་མ་ཐག་པ་སྟེ་དེ་ལྟ་ལ་ཕན་.....  
 གནོད་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ནི། འབྲལ་དུ་མཐོང་ཆོས་ལ་མྱུང་བར་འགྱུར་རོ།  
 ལྷག་མ་སྒྲིམ་ལམ་ལས་ལངས་པ་ནི། དེ་ལྟ་མིན་པས་མི་འགྱུར་རོ། གསུམ་  
 པ་ནི། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་གཙོ་བོ་ཆོར་བ་ཡིན་པས་དེ་སེམས་ཆོར་ཁོ་ན་འཕ་ལུས་  
 ཆོར་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ཡོད་དམ་ཞེན། ཡོད་དེ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་  
 བསམ་གཏན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཆེད་ཆེད་པར་གྱི་དག་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་.....  
 གྱི་ཆོར་བ་ནི་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཁོ་ནར་འདྲ་དེ། ལུས་ཆོར་ནི་རྟོག་དཔྱད་  
 དང་བཅས་པར་ངེས་པས་སོ། མི་དག་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཆོར་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཡིད་མི་བདེ་རྣམ་སྤྲིན་མིན་པས་སོ། འོ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་  
 སེམས་གཡེངས་པ་ནི། སེམས་གང་ལ་གནས་རྒྱ་ཅི་ལས་འགྱུར་ཞེན།  
 སེམས་གཡེངས་པ་སྟེ་སྦྱོ་བའི་སེམས་ནི་ཡིད་ཀྱི་སེམས་ལ་འབྱུང་གི་སྟོ་ལྟ་ལ་  
 བྱི་མིན་ཏེ། མི་གཏོགས་པས་སོ། སེམས་གཡེངས་པ་དེ་ནི་སྦྱོན་གཞན་སྦྱོས་  
 པར་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་སྦྱེས་པ་དང་། འཇིགས་ཤིང་སྒྲག་པ་  
 དང་མི་མིན་པའི་གནོད་པ་དང་འབྱུང་བ་ཆ་མི་མཉམ་པ་དང་། ལྷུང་ན་མི་





བཟད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འཕྱར་རོ། །དེ་དག་འགོ་བ་གང་ན་ཡོད་ཅེ་ན། སྒྲ་མི་  
 སྒྲན་པ་མིན་པའི་འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་སྟེ། སངས་རྒྱས་མིན་པའི་འཕགས་  
 པ་ལའང་འབྱུང་བ་ཆ་མི་མཉམ་པས་སྒྲིབ་ཡོད་ན་འདོད་པ་གཞན་ལ་སྒྲས་  
 ཅི་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱུའི་སྒྲ་ནས་དབྱེ་བ་ནི། མདོར་ལས། སྒྲ་གསུམ་གྱི་  
 ལས་ཡོན་པོ་དང་། སྒྲན་ཏེ་ཉེས་པ་དང་། སྒྲིགས་མ་ཞེས་པ་གསུམ་གསུམ་  
 གསུངས་པ་ནི། རིམ་པ་བཞིན་གཡོ་བྱ་བྱ་དང་། ཉེས་པ་ཆེ་བའི་ཞེ་སྤང་  
 དང་། འབྲལ་དཀའ་བ་འདོད་ཆགས་ལས་སྒྲིབ་པའི་ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱི་ལས་  
 སོ། །གསུམ་པ་གཉིས་ཀའི་སྒྲ་ནས་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན།  
 རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། དཀར་ནག་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཀྱང་  
 ལས་རྣམ་པ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྒྱིར་བསྟན། ཟད་བྱེད་བྱེ་  
 བྲག་ཏུ་བཤད། གཞན་ལུགས་འགོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། མི་དགེ་བ་ནི་རོ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་ཏུ་མི་འོང་བ་འབྱེན་པས་དང་།  
 གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་དགེ་བ་ནི་མི་དགེ་བ་དང་མ་འདྲེས་ཤིང་རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་  
 ཏུ་འོང་བ་ཁོ་ན་འབྱེན་པས་དང་། འདོད་པར་གཏོགས་པའི་དགེ་བ་ནི་རོ་  
 བོ་མ་འདྲེས་ཀྱང་རྒྱུད་གཅིག་ལ་མི་དགེ་བ་དང་འདྲེས་པར་འཇུག་ཅིང་།  
 དེའི་རྣམ་སྒྲིན་ཡང་སྟག་བསྐལ་དང་འདྲེས་པར་འཇུག་པས་ན་རིམ་པ་……  
 བཞིན་ཏུ། རྟག་ལ་རྣམ་སྒྲིན་གནག་པ་དང་། དཀར་ལ་རྣམ་སྒྲིན་དཀར་བ་  
 དང་། དཀར་ནག་གཉིས་ཀའི་ལས་དང་། ལས་དེ་གསུམ་ཟད་པར་བྱེད་པ་  
 ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་ནི་མི་གནག་མི་དཀར་ཞིང་རྣམ་སྒྲིན་མེད་ལ་ལས་ཟད་……  
 པར་འཕྱར་བའི་ལས་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པ་རྣམ་སྒྲིན་མེད་པས་སོ། །  
 སོང་མ་བ་ནི། མི་དགེ་བ་དང་། ཁམས་གསུམ་ཀའི་དགེ་བ་དང་འདོད་





པའི་བསམ་སྒྲུབ་འདྲེས་པ་ལ་འཆད་ཅིང་། བཞི་པ་ཡང་མི་གནག་ཅིང་མི་  
 དཀར་ལ་ཞེས་བརྗོད་དེ། མི་དཀར་ཞེས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཡང་དགོངས་པ་  
 ཅན་ཏུ་འཆད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅི་ཟག་མེད་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་ལས་  
 འདི་གསུམ་ཟད་བྱེད་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མིན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་བཟོད་བཞི་  
 དང་འདྲོད་པ་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་ལམ་ཟག་...  
 མེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་བརྒྱུད་གྱི་སེམས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། སེམས་པ་  
 བརྩ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་ནག་པོ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཡིན་ལ། དེའི་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་དགུ་པའི་སེམས་པ་ནི་དཀར་པོ་དགེ་བ་དང་ནག་པོ་མི་དགེ་  
 བ་དགུ་པོ་ཟད་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། དཀར་པོའི་ལས་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་  
 ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཟག་མེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་...  
 དགུ་དགུ་སྟེས་པའི་ཐ་མ་བཞིའི་སེམས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དགེ་བའི་ངོ་པོ་མི་  
 སྟོང་གི་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་སྤང་ངོ་། །ཤོང་མ་བ་ནི། ཆོས་  
 བཟོད་བཞིས་ངན་འགྲོའི་རྒྱའི་ལས་དང་། སྒྲིམ་ལམ་གྱི་སྟོང་ལམ་གྱིས་བདེ་  
 འགྲོའི་རྒྱའི་ལས་ཟད་པར་བྱེད་དེ། ལས་གྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་སྤང་དགོས་པས་  
 སྟེ། །གསུམ་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་གཞན་ནི་དམུལ་བ་མི་དགེ་བ་ཁོ་ནའི་རྣམ་  
 སྒྲིན་ཅན་ཡིན་པས་མྱོང་འགྱུར་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་འདྲོད་ཁམས་ན་  
 དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ཀའི་རྣམ་སྒྲིན་ཡོད་པས་དེ་མྱོང་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་པོ་  
 རིམ་པ་བཞིན་ནག་པོ་དང་། དཀར་ནག་གཉིས་སུ་རིགས་དེ་བལྟའོ། །ཡང་  
 སྟོབ་དཔོན་གཞན་ཁ་ཅིག་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བའི་ལས་ནི་དགེ་བ་དང་མ་...  
 འདྲེས་པས་ནག་པོ་དང་། འདྲོད་པ་ལས་སྟེས་པ་གཞན་སྒྲིམ་སྤང་གི་ལས་  
 ནི་དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ཀའི་ཡོད་པས་དཀར་ནག་ཏུ་འདྲོད་དོ། །གཉིས་པ་





ལས་ཀྱི་རྣམ་གངས་རྩ་མ་བཟུན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱེད་ལས་ཀྱི་སློན་ནས་དབྱེ་  
 བ། ལས་ལམ་བྱེ་བྲག་རྩ་བ་ཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མདོ་ལས། ཐུབ་པ་འི་  
 ལུས་ངག་ཡིད་ཅེས་གསུངས་པ་གང་ཞེ་ན། མི་སློབ་པ་འི་ལུས་ཀྱི་ལས་དང་།  
 ངག་གི་ལས་དང་ཡིད་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་གསུམ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་རྩ་བུ་བ་པའི་.....  
 ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མོ། །མངོན་པ་གང་མར་ནི། སློབ་མི་སློབ་གཉིས་ཀའི་  
 ལས་ལ་བཤད་དོ། །མདོ་ལས། གཙང་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་གསུངས་པ་གང་  
 ཞེ་ན། སློག་གསུམ་གྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལེགས་སྤྱད་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 གཙང་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས། ཉེས་སྤྱད་རྣམ་པ་གསུམ་  
 གསུངས་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་ལས་དང་སྟགས་པས་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་མི་  
 དགེ་བ་རྣམས་ནི་སློག་གསུམ་གྱི་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་རྣམ་པ་གསུམ་རྩ་འདོད་.....  
 ཅིང་། བརྒྱབ་སེམས་སྟགས་གསུམ་ནི་ལས་མིན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་  
 པས་ཡིད་ཀྱི་ཉེས་སྤྱད་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །མདོ་ལས། ལེགས་པར་སྤྱད་པ་  
 གསུམ་གསུངས་པ་ནི། ཉེས་སྤྱད་ལས་བརྒྱུག་པ་སློག་གསུམ་གྱི་ལས་དགེ་བ་  
 དང་བརྒྱབ་སེམས་མེད་པ་སྟགས་གསུམ་ནི་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་བཟུན་བཤད་གཉིས་ཀྱི་བཟུན་པ་ནི། ལེགས་སྤྱད་དང་ཉེས་  
 སྤྱད་དེ་དག་ལས་ཆེ་ལོང་བསྟུས་ནས་ནི་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ཅི་རིགས་.....  
 པར་ལས་ཀྱི་ལམ་བརྟུར་གསུངས་སོ། །ཆེ་ལོང་ཞེས་པ་ནི་རགས་པ་ཙམ་  
 བསྟུས་ཀྱི་ཐམས་ཅད་མ་བསྟུས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གང་མ་བསྟུས་ཤེ་ན།  
 ལུས་ངག་གི་སྦྱར་མཐུག་དང་། ཡིད་ཀྱི་སེམས་པ་སྟགས་མ་བསྟུས་ཤིང་  
 ལུས་ཀྱིས་བརྟེན་པ་དང་ཐུག་འཇུག་པ་སྟགས་དང་། ངག་གི་ལྟན་པར་སྦྱ་  
 བ་སྟགས་མ་བསྟུས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་བཞི་ཞེ། རིག་བྱེད་ཡིན་





མིན་གྱི་དབྱེ་བ། ཙ་བ་གསུམ་གསུམ་དུ་བསྟན་པ། རྫོགས་བྱེད་གསུམ་  
 བསྟན་པ། ལས་ལམ་སོ་སོར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདོད་ལྡན་མིན་  
 པའི་མི་དག་བ་དུག་གཞན་ལ་བཅོལ་བ་ནི་དངོས་ཀྱི་རིག་བྱེད་མེད་པས་……  
 རྣམ་རིག་མིན་པ་ཁོ་ནའོ། །གཅིག་འདོད་ལྡན་ནི་གཞན་ལ་བཅོལ་བས་མི་  
 རྫོགས་པས་རང་གིས་བྱེད་པར་ངེས་པས་རྣམ་རིག་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀ་སྟེ།  
 དུག་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་གིས་བྱེད་ན་དེ་གཉིས་ཀའོ། །ལུས་ངག་གི་དག་བ་  
 བདུན་རྣམ་རིག་ཡིན་མིན་གཉིས་ཀ་སྟེ། སྤངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རིག་བྱེད་  
 ལ་རག་ལུས་པས་སོ། །ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྦྱེས་པ་བསམ་གཏན་དང་ཟག་  
 མེད་གྱི་སྟོན་པ་ནི་སེམས་ཅམ་ལ་རག་ལུས་པས་རྣམ་རིག་མིན་པ་ཁོ་ནའོ། །  
 དག་མི་དག་ལས་ལམ་བདུན་ནི་ཉེར་བསྟོགས་ཏེ་སྦྱར་བ་རྣམས་ནི་བྱ་བ་……  
 བྱེད་པ་ལ་སྟོས་པས་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དུ་ངེས་ལ། དེ་རྣམས་ཀུན་སྤྱང་  
 དུག་པོས་བྱེད་ན་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མིན་པ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་བའམ།  
 ཞན་པས་བྱེད་ན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་བརྒྱུག་པ་ནི་མཆུག་གི་ཚུལ་ཏེ། རིག་  
 བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཡོད་ངེས་དང་། དངོས་དང་མཐུན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ན་རིག་  
 བྱེད་ཀྱང་ཡོད་ལ་མི་བྱེད་ན་མེད་དོ། །ཡིད་ཀྱི་གསུམ་ནི་མངོན་དུ་གྱུར་པ་  
 ཅམ་གྱི་ལས་ལམ་དུ་འགྱུར་བས་སྦྱར་མཆུག་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། ལུས་  
 ངག་གི་མི་དག་པའི་སྦྱར་བ་ནི་མི་དག་པའི་ཙ་བ་གསུམ་ལས་སྦྱེས་ཏེ། ཤ་ལ་  
 སོགས་པར་ཆགས་པ་དང་། སྤང་བས་མི་ཤ་སྤང་འདོད་པས་སོགས་དང་།  
 གཏི་ཐུག་གིས་སྤྲ་མའི་དོན་དུ་དང་། མཆོད་སྦྱིན་ལ་གསོད་པ་སོགས་དང་།  
 རྫས་སོགས་ལ་ཆགས་པ་དང་། གནོད་ལན་དུ་དང་སྤྲ་མའི་དོན་དུ་རྒྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་སོགས་ལ་ཆགས་པ་དང་། གནོད་ལན་





ཅུ་དང་གཞན་གྱི་ཆེད་ཅུ་དང་། སར་སྤྲིགས་པ་སོགས་དང་། མ་ལ་ཉལ་པོ་  
 བྱེད་པ་སོགས་དང་། རྟེན་པ་དང་བཀྲར་སྤྲིའི་ཆེད་དང་། གནོད་ལན་གྱི་  
 ཆེད་ཅུ་དང་། འདི་ལ་སྦྱོན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་རྩུན་ལ་སོགས་སྤྲོ་བ་བཞིའོ། །  
 བརྒྱུ་སེམས་སོགས་རྩ་བ་གསུམ་ལས་ངེ་ལྟར་སྦྱེ་ཞེ་ན། ཆགས་སོགས་  
 གསུམ་པོ་དེའི་མཚུག་ཐོགས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་བརྒྱུ་སེམས་དང་སོགས་  
 པས་གནོད་སེམས་དང་ལོག་ལྟ་ནི་མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་ལས་སྦྱེས་པ་……  
 དེ་ནོ། །དགེ་བའི་ལས་ལམ་སྦྱོར་བ་དང་མཚུག་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི་  
 དགེ་རྩ་གསུམ་ལྟར་པར་ངེས་པའི་དགེ་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པས་  
 ན། འདོད་ཆགས་མེད་པ་དང་ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་གཉི་ཕྱག་མེད་པ་  
 གསུམ་ཀ་ལས་སྦྱེའོ། །གསུམ་པ་ནི། གསོད་པ་དང་གནོད་སེམས་དང་ཆོག་  
 རྩུབ་པོ་གསུམ་ཞེ་སྤང་གིས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཅིང་། ལོག་གཤམ་དང་།  
 བརྒྱུ་སེམས་དང་། མ་བྱིན་ལེན་གསུམ་པོ་ཆགས་པ་ཡིས་རྫོགས་པར་བྱེད་  
 ལ། ལོག་པར་ལྟ་བ་གཉི་ཕྱག་གིས་དང་། ལྷག་མ་རྩུན་ཕ་མ་ངག་འབྲལ་  
 གསུམ་ཆགས་སོགས་གསུམ་ཆར་གྱིས་རྫོགས་པར་འདོད་དོ། །བཞི་པོ་དེའི་  
 གཞི་ནི་རིམ་པ་བཞིན། སེམས་ཅན་དང་། ལོངས་སྦྱོད་དོ། །མིང་དང་།  
 གཟུགས་ཏེ་ཕུང་པོ་ལྔ་དང་། མིང་གི་ཆོགས་སོ། ཅི་བསད་བྱ་དང་རུས་  
 མཉམ་པའམ་དེའི་སྤར་གསོད་བྱེད་ཤི་ན་ལས་ལམ་དངོས་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་  
 ན། བསད་བྱ་ལས་སྤར་བ་དང་རུས་མཉམ་རུ་གསོད་བྱེད་ཤི་བ་ལ་ནི་སྦྱོར་བ་  
 བྱས་ཤིང་འབྲས་བྱ་རྫོགས་ཀྱང་གསོད་པའི་ལས་ལམ་དངོས་གཞི་མེད་དེ།  
 གསོད་བྱེད་ལ་སྦྱེ་བ་བྱི་མའི་ལུས་གཞན་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྦྱོར་བ་  
 བྱས་པའི་ལུས་ཉིད་ལ་དངོས་གཞི་གྲུབ་དགོས་སོ། །འོ་ན་དམག་དང་





ལིངས་པ་ལ་སོགས་མང་པོས་བསང་ན་ལས་ལམ་དེ་དག་སུ་ལ་ལྷན་ཞེ་ན།  
 དམག་དང་ལིངས་པ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཡང་དངོས་སུ་བྱེད་པ་པོ་བཞིན་རྒྱ་ལས་ལམ་དངོས་བཞི་ལྷན་ལ། དེར་  
 ཅན་གྱིས་ཁྲིད་ཀྱང་སྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གསོད་ཅེས་ངེས་པ་བྱས་པ་ལ་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། དོན་གཅིག་པ་མེད་པས་སོ། །བཞི་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ལས་ལམ་སོ་  
 སོའི་མཚན་ཉིད། སེམས་གང་དང་ལྷན་ཅིག་འཇུག་པ། འགོ་བ་གང་ན་  
 ལས་ལམ་རྒྱ་ཡོད་པ་དང་། ལས་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སོ་སོར་ངོས་བབྱུང་བ། ལོག་ལྟ་བུ་བྱག་རྒྱ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
 བློ། སྲོག་ནི་སྲོག་དབང་མ་ལུས་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་པའི་རྒྱུད་སྟེ།  
 དེ་གཙོ་བོ་དཔར་བྱེད་པ་ནི་སྲོག་གཙོ་བོ་པའོ། །དེ་ཡང་གསོད་སྐྱམ་རྒྱུ་བསམ་  
 བཞིན་རྒྱ་བྱས་པ་དང་བསང་བྱ་མ་ནོར་བ་དགོས་ཏེ། བསམ་སྦྱོར་ལོག་ན་  
 དངོས་གཞིར་མི་འགྱུར་བས་སོ། །རང་ཉིད་གསོད་ན་འདུལ་བ་ལས་སྦྱོམ་  
 པོར་བསྟན་པས་རང་ལས་གཞན་བསང་པའོ། །དེ་ཡང་བསང་བྱ་སྟོན་ལ་  
 བློ་བ་དགོས་སོ། །རྒྱག་དང་སྐྱགས་དང་བྱད་ལ་སོགས་ཀྱིས་བསང་ཀྱང་  
 དངོས་གཞིའོ། །མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ནི་བསམ་བཞིན་རྒྱ་གཞན་གྱི་ནོར་  
 མཐུས་དངོས་སུ་སྤྲོགས་པའམ་འཇབ་བྱས་མ་ཚོར་བར་བདག་གིར་བྱེད་པ་  
 ཉི། རྒྱ་ལོན་དང་གཏམས་པ་ལ་དོར་བྱེད་པ་དང་གཡོ་སྐྱུས་སྤངས་ན་ཡང་  
 དངོས་གཞིའོ། །བསྐྱེད་པ་ལས། ཞེ་སྤང་གིས་གཞན་གྱི་རྩས་བསྐྱེད་པ་  
 སོགས་ནི་རྒྱ་བ་དང་འདྲ་བའམ། དེ་བས་སྤྲིག་པ་ཆེ་བར་བཤད། འདུལ་བ་  
 ལས་གཞན་གྱི་རྩས་རྒྱུད་གསན་པ་དང་སྐྱགས་ཀྱིས་གཏེར་རྒྱ་བཅུག་པ་སྦྱོམ་  
 པོར་བཤད་དོ། །མཚོན་རྟེན་ལ་སྤུལ་བ་བརྟན་པ་དང་། ལྷ་འཛན་ལས་





འདས་པ་ལ་ཡུལ་བ་བརྟུན་པ་ཡང་སྤྲོམ་པོར་གསུངས་ཏེ། ལྷག་མེད་བྱང་  
 འདས་ལ་དགོངས་སོ། །བདག་པོ་མེད་པའི་གཏེར་རྟུན་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །  
 རབ་བྱང་གོངས་པའི་རྣམས་བརྟུན་ན་གསོལ་བའི་ལས་བྱས་ན་མཚམས་ནང་  
 གི་དགོ་འདུན་ལས་དང་། མ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤོབ་མ་ཀུན་ལ་བརྟུན་  
 སོ། །ལོག་པར་གཡེམ་པ་ནི་བགོད་པར་བྱ་བ་མིན་པ་བགོད་པར་འདོད་པ་  
 ཡིས་འགྱུར་ཏེ་རྣམ་པ་བཞིའོ། །དེ་ཡང་བགོད་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡན་  
 ལག་མིན་པ་དང་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དང་རུས་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །  
 རྩུན་ཆོག་ནི་འདུ་ཤེས་གཞན་རུ་བསྐྱར་ནས་སྤྲོས་པའི་ཆོག་མ་མཐོང་བ་ལ་  
 མཐོང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་མངོན་པར་གོ་བ་ནའོ། །མ་གོ་བ་དང་ནོར་བ་ན་  
 ངག་བཀུལ་ལོ། །མདོ་ལས། མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་ཤེས་པ་དང་།  
 རྟོགས་པ་བཞི་ལ་བདེན་པ་དང་རྩུན་པ་སྤྲོ་བའི་ཐ་སྟངས་བརྒྱུག་གསུངས་  
 པ་ལས། མཐོང་ཐོས་སོགས་ཀྱི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། མིག་ཤེས་དང་། རྣ་བ་སྟེ་  
 ཉན་ཤེས་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། རྣ་ཆེ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་  
 གསུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་ཕྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་རིམ་པ་བཞིན་རུ་མཐོང་བ་  
 དང་། ཐོས་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྟོགས་པར་བཤད་དོ། །དྲི་  
 རོ་རེག་བྱ་གསུམ་ནི་ལྷང་མ་བརྟན་ཡིན་པས་ཤི་བ་དང་འདྲའམ། སྤྲོ་བ་  
 དཔོན་འདུས་བཟང་གིས་ནི་ཕྲད་ནས་འཛིན་པར་འདྲ་བས་རྟོགས་པ་ཞེས་  
 གཅིག་རུ་བྱས་ཟེར་རོ། །ཤོང་མ་ནི་ཐོས་རྟོགས་ཤེས་གསུམ་ཐོས་བསམ་  
 སྤྲོམ་གསུམ་གྱི་རིག་པ་ལ་བཞེད་དོ། །སྤྲ་མ་ནི་པ་རོལ་པོ་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་ཉན་  
 མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཆོག་བདེན་པའམ་མི་  
 བདེན་པ་བསམ་བཞིན་རུ་མ་ནོར་བར་མངོན་པར་བརྟོད་པ་གཞན་གྱིས་གོ་





བཤོ། ཆོག་རྩུབ་པོ་ནི་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱིས་ཆོག་མི་སྟན་པ་མ་ནོར་  
 བར་གཞན་ལ་བརྗོད་པ་གོ་བཤོ། ཁྱེད་ཀྱི་ལ་པོ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་  
 ཆོག་ཀུན་ནོ། རྩེ་པ་གཞན་ནི་རྩུན་ལ་སོགས་གསུམ་པོ་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཆོག་ཡིན་ཟེར་ཏེ། དཔེར་ན་ལྷ་ག་འཆོ་ཅན་གྱི་ཁ་  
 གསག་དང་། ཆགས་པ་ཅན་གྱི་སྤྱད་དང་། རྩེ་གར་མཁན་གྱི་བཞད་གང་  
 བཞིན་དང་། དེའི་ལྷ་བ་ལ་ཞེན་ནས་བསྟན་བཅོས་ངན་པ་འདོན་པ་  
 བཞིན་ནོ། བརྒྱབ་སེམས་ནི་མཐུའམ་འཇམ་བུའང་རུང་ལོག་པ་མི་རིགས་  
 པས་གཞན་གྱི་མོར། བདག་གིར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུམ་ནས་ཆགས་ཤིང་  
 བདག་གིར་བྱེད་འདོད་པའོ། གཞོད་སེམས་ནི་སེམས་ཅན་པ་རོལ་ལ་སྤང་  
 བ་གཞོད་པའི་རྩམ་པར་ཞུགས་པའོ། ལོག་པར་ལྷ་བ་ནི་ལས་དགེ་མི་དག་  
 མེད་པར་ལྷ་བ་སོགས་ལས་འབྲས་དང་འཕགས་པ་ལ་སྤྱར་བ་འདེབས་པའོ།  
 ལས་ལམ་བརྩུ་པོ་འདི་ལ་ཡིད་གྱི་གསུམ་པོ་ནི་ལས་མིན་ཡང་ལུས་ངག་གི་.....  
 ལས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ལ། གཞན་བརྟན་  
 པོ་ནི་ལུས་ངག་གི་ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ་ཡིད་གྱི་གསུམ་རྩུབ་པའི་སྟོན་ཡིན་པས་ལམ་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། མདོ་རྩེ་པ་སོགས་ནི་སེམས་པའམ་བསམ་པའི་ལས་ཡིན་ལ།  
 བདེ་འགོ་འམ། ངན་འགོའི་ལམ་ཡང་ཡིན་པའི་བརྩུ་ཅར་ལས་ལམ་རུ་  
 བཞེད་དོ། གཉིས་པ་ལོག་ལྷ་བྱེ་བྲག་རུ་བཤད་པ་ནི། རྩུབ་སྤྱུང་མེད་པར་  
 ལྷ་བའི་ལོག་ལྷས་དགེ་བའི་རྩུབ་པ་གཅོད་དོ། གང་གཅོད་ཅི་ན། ལམས་  
 གོང་མའི་དགེ་རྩུབ་དང་འདོད་པའི་སྤྱིར་བྱུང་ནི་སྤར་ནས་ཉམས་ཟེན་པས་....  
 དངོས་སུ་གཅོད་པར་བྱར་མེད་དོ། དེས་ན་འདོད་པར་གཏོགས་པའི་དགེ་  
 བ་སྤྱེས་ཐོབ་དངོས་སུ་གཅོད་ཅིང་། གཞན་གྱི་ཡང་ཐོབ་པ་ཐག་བསྲིང་ངོ།།







གང་ལ་དམིགས་པས་གཅོད་ཅིན། ལེགས་སྤྱད་དང་ཉེས་སྤྱད་མེད་ཅེས་རྒྱ་  
 དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་མེད་ཅེས་འབྲས་བྱ་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པ་གང་  
 རུང་ངམ་གཉིས་ཀས་སོ། །དེ་ཡང་སྤྱལ་པ་མཉམ་མི་མཉམ་གྱི་ཁམས་ལ་  
 དམིགས་པ་ཀུན་གྱིས་སོ། །དེ་ལྟར་གཅོད་ན། སྒྲུབ་སྤྱད་སྤྱོད་བ་བཞིན་ལོག་  
 ལྟ་ཆུང་འབྲིང་དགུས་དག་ཅ་ཆེ་འབྲིང་དགུ་རིམ་གྱིས་གཅོད་དོ། །ཉེན་  
 གང་གིས་གཅོད་ན་འཆལ་པའི་ཤེས་རབ་གསལ་ཞིང་སྤྲིག་པའི་བསམ་པ་……  
 ཅན་ཞིག་གིས་གཅོད་པས་སྤྱི་མི་སྟོན་ལས་གཞན་སྤྱིང་གསུམ་གྱི་མིའི་ནང་……  
 ཏུ་གཅོད་ཅིང་དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་གྱིས་གཅོད་དོ། །  
 དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པས་མ་ཡིན་གྱི་ལྟ་བ་སྤྱད་པས་སོ། །མངོན་པ་གོང་མར་  
 བློ་ཆེ་རིང་པོའི་ཉེན་ལ་ལོག་ལྟ་སྦྱེས་ཏེ་གཅོད་པར་བཤད་པ་ནི། གང་  
 མའི་ཉེན་ལ་མི་དག་བ་མེད་པས་ལོག་ལྟའི་ཉེ་རྒྱས་ཉམས་པ་ལ་དགོངས་སོ། །  
 དག་ཅ་ཆད་པའི་ངོ་བོ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་དག་ཅའི་ཐོབ་པ་མི་ལྟན་པ་སྟེ། དག་  
 པའི་མ་ཐོབ་པའོ། །འདིའི་མཆམས་དེ་ལྟར་སྦྱར་ཞེ་ན། ཆད་པ་སྤྱར་  
 མཆམས་སྦྱར་བ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྦྱེས་པའམ་རྒྱ་འབྲས་ཡོད་པར་ལྟ་……  
 བས་སོ། །དེ་དག་གིས་དག་བ་སྦྱེས་ཐོབ་དགུའི་ཐོབ་པ་ཅིག་ཆར་འབྲེན་ལ།  
 དེ་ནས་རིམ་གྱིས་མངོན་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། བྱད་བྱང་ནས་རིམ་གྱིས་སྦྱབས་རྟེན་  
 པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་གཞན་གྱིས་ཆེ་འདི་ལ་སྦྱར་རུས་གྱི་མཆམས་མེད་  
 བྱེད་པའི་གང་ཟག་གིས་ཆེ་འདི་ལ་སྦྱར་རུས་པ་མིན་ཏེ། རྒྱུན་གྱིས་ཆད་ན་  
 དཔུལ་བར་སྦྱེ་བའི་ཆེ་མཆམས་སྦྱར་བ་དང་། རྒྱས་ཆད་ན་དཔུལ་བ་ནས་  
 འཆེ་བར་སྦྱགས་པ་ན་སྦྱར་རོ། །གཉིས་པ་སེམས་པ་གང་དང་ལྟན་ཅིག་  
 འབྲུག་པ་ནི། མི་དག་བ་གཅིག་དང་ལྟན་ཅིག་འབྲུག་པ་ནི་ཡིད་གྱི་གསུམ་





གང་རུང་གཅིག་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། གཉིས་དང་ལྷན་ཅིག་འབྲུག་པ་  
 བྱི་གཞོན་སེམས་ཀྱིས་སྟོག་གཅོད་པ་དང་། གསུམ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྲུག་པ་  
 བྱི་གཞོན་སེམས་ཀྱིས་སྟོག་གཅོད་པ་དང་མཉམ་དུ་རྟོར་འཕྲོག་པ་དང་།  
 བཞི་དང་འབྲུག་པ་ནི་དེ་གསུམ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱན་སྒྲ་བ་དང་། ལྷ་དང་  
 རྒྱལ་དང་བདུན་དང་འབྲུག་པ་དེ་བཞིའི་སྟེང་དུ་སྤྲུམ་དང་ཆོག་ཅུབ་དང་...  
 ངག་བཀྲལ་སྒྲ་བའོ། །བརྒྱད་ཀྱི་བར་ནམས་དང་སེམས་པ་ལྷན་ཅིག་འབྲུག་  
 པ་ནི། གཞོན་སེམས་ཀྱིས་སྟོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་ལ་སྒྲུབ་བ་བྱས་  
 བས་འདོད་ལོག་རང་གིས་བྱས་ཏེ། མཉམ་དུ་མཐར་ཕྱིན་པའོ། །དགྲའམ་  
 བརྒྱ་དང་ནི་མིན་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་ལྷན་ཅིག་མི་རུང་བས་སོ། །དགེ་བ་ནི་  
 གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར་དག་དང་སེམས་པ་ལྷན་ཅིག་འབྲུག་གོ། །འོན་ཀྱང་  
 གཅིག་དང་བརྒྱད་དང་ལྷ་དང་སེམས་པ་ལྷན་ཅིག་འབྲུང་བ་མིན་ཏེ། ཡིད་  
 ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་སོ་སོ་བ་མི་སྲིད་ཅིང་། ལུས་ངག་གི་སྔོང་བ་ནི་བཞིའམ་  
 བདུན་ཡིན་པས་སོ། །དེས་ན་གཉིས་དང་འབྲུག་པ་དགེ་བའི་སྔོ་ལྷ་ལ་  
 གནས་པ་ན་ཡིད་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་དང་། ཡང་དག་ལྷ་བ་དང་ལྷན་པའི་  
 ཡིད་ཤེས་ལ་གནས་ན་ཡིད་ཀྱི་གསུམ་དང་། མི་དགེ་བའམ་ལུང་མ་བསྟན་  
 གྱི་དགེ་ཚུལ་ལེན་པ་ལ་སྔོང་བཞི་ཁོ་ན་དང་། དགེ་བའི་སྔོ་ལྷ་ལ་གནས་པས་  
 དགེ་ཚུལ་གྱི་སྔོ་ལ་ལེན་པ་ན་སྔོང་བཞི་དང་ཡིད་ཀྱི་གཉིས་པོ་སྟེ་རྒྱལ་.....  
 དང་། དགེ་བའི་ཡིད་ཤེས་ལ་གནས་པས་དེ་ལེན་པ་ན་སྔོང་བཞི་དང་ཡིད་  
 ཀྱི་གསུམ་སྟེ་བདུན་དང་། མི་དགེ་བའམ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་དགེ་སྔོང་ལེན་  
 པ་ན། སྔོང་བདུན་ཁོ་ནའོ། །དགེ་བའི་སྔོ་ལྷ་ལ་གནས་པས་དེ་ལེན་པ་ན།  
 སྔོང་བདུན་དང་ཡིད་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་ཏེ་དགྲ་དང་། དགེ་བའི་ཡིད་ཤེས་





ལ་གནས་པས་དེ་ལེན་པ་ན་སྤང་བརྟན་དང་ཡིད་ཀྱི་གསུམ་སྟེ་བརྟུམ། །  
 བར་མའི་ལྷས་དག་གི་སྤང་བ་ལ་ནི། གཅིག་དང་ལྷ་དང་བརྟན་དང་ལྷན་  
 ཅིག་འབྱུང་བ་ཡོད་དོ། །གསུམ་པ་འགྲོ་བ་གང་ན་ལས་ལམ་རྒྱ་ཡོད་པ་ནི།  
 འགྲོ་བ་གང་ན་ལས་ལམ་རྒྱ་ཞིག་མངོན་འབྱུར་རམ་ལྷན་པའི་སྟོན་ནས་ཡོད་་་  
 ཅེན། དཔྱལ་བ་ན་སྟེ་སྤྲུགས་འདོན་པས་བཀྲལ་བ་སྤྲུབ་དང་། འཐབ་  
 པའི་ཆོག་རྩུབ་དང་། རྒྱུད་རྩུབ་པོས་སྤང་བའི་གནོད་སེམས་གསུམ་མངོན་  
 འབྱུར་དང་ལྷན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དོ། །བརྟན་སེམས་དང་ལོག་ལྷ་ནི་ལྷན་  
 པས་ཡོད་ཀྱི་མངོན་འབྱུར་མེད་དེ། ཆགས་པའི་ཡུལ་མེད་པ་དང་ལས་  
 འབྲས་མངོན་རྒྱ་བྱུར་པས་སོ། །གཞན་མེད་དེ། ལས་མ་ཟད་ཀྱི་བར་རྒྱ་མི་  
 འཆི་བས་དང་། རྣམ་དང་བྱུད་མེད་བཟུང་བ་མེད་པས་དང་། བརྟན་ལ་  
 དགོས་པ་མེད་པས་དང་། བྱེ་ཟེན་པས་སོ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་ན་ཡིད་ཀྱི་གསུམ་  
 ལྷན་པས་ཡོད་ཀྱི་དངོས་སྤྲུལ་མེད་དེ། ང་ཡིར་འདྲིན་པ་མེད་པས་དང་།  
 རྒྱུད་འཇམ་ཞིང་ཀུན་ནས་མཁར་སེམས་ཀྱི་གཞི་མིན་པ་དང་། སྤིག་པའི་  
 བསམ་པ་ཅན་མིན་པས་སོ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་དེ་ན་བརྟན་པ་དག་བཀྲལ་ལྷན་པ་  
 དང་། དངོས་སྤྲུལ་ཡང་ཡོད་དེ། ཆགས་པས་སྤྲུལ་ལེན་པས་སོ། །གཞན་མེད་དེ།  
 ཆེ་ངེས་པ་དང་། རྣམ་དང་བྱུད་མེད་བཟུང་བ་མེད་པ་དང་། ངག་གི་  
 གསུམ་ལ་དགོས་པ་མེད་པས་དང་། སྤིག་པའི་བསམ་པ་ཅན་མིན་པས་སོ། །  
 མི་ཆངས་སྤྱིད་ནི་བྱུད་མེད་བཟུང་སྟེ་ཤིང་གི་རྩར་བྲིད་པ་ན་བཤོད་བྱ་ཡིན་་་  
 ན་ཤིང་གིས་སྤྲིབ་ཅིང་། མིན་ན་མི་སྤྲིབ་པས་ཉལ་པོ་མི་བྱེད་པའི་བྱུར་  
 འདོད་ལོག་མེད་དོ། །དེ་གཉིས་མིན་པའི་འདོད་པ་གཞན་མི་དགེ་བ་བརྟུ་  
 དངོས་སྤྲུལ་ཡོད་དེ། མི་ལ་སྟོམ་མིན་དང་བར་མ་དང་གཞན་རྣམས་ལ་བར་





མཉེ། །འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་འབྱུང་བ་ན་མི་ལའང་། བརྩ་ཆར་མེད་དེ། དེའི་  
 ཆོ་སྤྱ་ལེན་པ་ནི་ངེས་འབྱུང་གིས་སོ། །དགེ་བའང་ཡིད་ཀྱི་གསུམ་ནི་ཁམས་  
 དང་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ན་རྟེན་པ་དང་མངོན་གྱུར་གཉིས་ཀའི་སྒྲོ་ནས་.....  
 ཡོད་ཅིང་། ལུས་ངག་གི་ནི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་འཕགས་པ་དང་། འདུ་ཤེས་  
 མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་རྟེན་པས་རིམ་བ་བཞིན་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་...  
 སྒྲོ་མ་པ་དང་། བསམ་གཏན་སྒྲོ་མ་པའི་སྤྱོད་བརྩན་ཡོད་ལ། དེ་དག་གི་ལྷག་  
 མར་བྱས་པའི་ཁམས་དང་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་ན་དེ་བརྩན་མངོན་གྱུར་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་ཀྱང་ཡོད་དེ། རུད་འགོ་དང་ཡི་དྲགས་ལ་བར་མ་དང་། གཟུགས་  
 ཁམས་པ་ལ་སྒྲོ་མ་པ་དང་། གཞན་ན་དེ་གཉིས་ཀའོ། །འོན་ཀྱང་དཔྱལ་  
 བཅས་སྒྲུ་མི་སྟན་མ་གཏོགས་སོ། །བཞི་པ་ལས་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ནི།  
 དངོས་དང་ཞར་ལས་བྱུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། དགེ་མི་དགེ་ལས་ལམ་བརྩ་  
 པོ་ཐམས་ཅད་བདག་པོ་དང་རྒྱ་མཐུན་དང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱིན་...  
 བར་འདོད་དེ། དེ་ལ་མི་དགེ་བ་རྒྱུད་འབྲིང་ཆེན་པོ་རྣམ་སྤྲིན་ཡི་དྲགས་  
 དང་རུད་འགོ་དང་དཔྱལ་བར་སྒྲེའོ། །ས་སྤེར་ནི། རྒྱུད་ཀྱི་འབྲས་བུ་རུད་  
 འགོ་དང་། འབྲིང་གི་འབྲས་བུ་ཡི་དྲགས་བུ་བཤད་དེ། དེ་དག་སྤྱུག་བསམ་  
 ཆེ་བ་འབྲིང་གི་དང་། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །རྒྱ་མཐུན་  
 ལ་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་ས་སྤེར་བྱེད་འདོད་པའོ། །ལྷོད་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི་བརྒྱ་  
 ལ་མིར་སྒྲིས་པ་ན་ཡང་། རིན་ཆེན་བྲིང་བ་ལས། གསོད་པ་ཡིས་ནི་ཆེ་བྱང་  
 འགྱུར། །རྣམ་པར་འཆེ་བས་གཞོད་པ་མང་། །རྒྱ་བ་ཡིས་ནི་ལོངས་སྤྱོད་  
 འཕོངས། །བྱི་པོ་བྱེད་པ་དག་དང་བཅས། །རྒྱ་བ་སྤྱོད་བས་སྤྱོད་བ་མང་། །  
 སྤྱོད་པ་ཡིས་ནི་བཤེས་དང་བྱེ། །ཆོག་རྒྱུ་བ་ཡིས་ནི་མི་སྟན་ཐོས། །མ་འབྲེལ་





བས་ནི་ཆོག་མི་བཅུན། །བཟུང་སེམས་ཡིད་ལ་རེ་བ་འཛོམས། །གནོད་  
 སེམས་འཇིགས་པ་སྤྱོད་པར་བཤད། །ལོག་པར་ལྟ་བས་ལྟ་བར་ཉིད། །ཅིས་  
 འབྱུང་ངོ་། །བདག་འབྲས་ནི་རིམ་པས། །སྤྱོད་ལ་གཟི་ཆུང་གནོད་མང་དག།  
 རྩལ་འབྲིགས་དྲི་ར་མཐོ་དམན་ཅན། །ཆ་སྟོ་ཅན་སོགས་དུས་ལོག་དང་། །  
 འབྲས་བུ་སྤྲུལ་ཆུང་བའམ་མེད། །ཅིས་པའི་ཡུལ་དུ་སྤྱེ་བའོ། །རྒྱ་མཚན་  
 ཅིས། འབྲས་བུ་དེ་གསུམ་འབྲུབ་ཅེན། །སྤྱོད་གཅོད་ལ་མཚན་ན་དེས་  
 གཞན་སྤྱོད་བསལ་བར་བྱས་པའི་སྤྱིར་རྣམ་སྤྱོད་བར་སོང་དུ་སྤྱེ་བ་དང་།  
 གཞན་གསལ་དེ་སྤྱོད་མི་གནས་པར་བྱས་པའི་སྤྱིར་རྒྱ་མཚན་ཆེ་ཐུང་བར་.....  
 བྱས་པ་དང་གཟི་བྱིན་མེད་བར་བྱས་པའི་སྤྱིར་བདག་འབྲས་ཡུལ་གཟི་ཆུང་  
 བར་སྤྱེ་བ་སྟེ། འབྲས་བུ་གསུམ་མོ། །གཞན་དགུ་ལའང་སྤྱར་རོ། །དགེ་བ་  
 ཟག་བཅས་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོའི་རྣམ་སྤྱོད་མི་དང་འདྲོད་ལྟ་དང་གོང་མའི་  
 ལྟར་སྤྱེ་བ་དང་། རྒྱ་མཚན་དང་བདག་འབྲས་ནི་སྤྲུལ་ལས་བསྐྱོག་པ་སྟེ།  
 རིན་ཆེན་ཕྱིང་བར། མི་དགེ་ཅིས་བྱ་དེ་རྣམས་ཀྱི། །རྣམ་སྤྱོད་བསྐྱོགས་པ་  
 གང་ཡིན་པ། །དགེ་བ་རྣམས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །འབྲས་བུ་དེ་ནི་བསྐྱོག་སྟེ་  
 འབྱུང་། །ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། །ལོག་པའི་རག་དང་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་  
 འཆོ་བ་གསུམ་གསུངས་པའི་ལོག་འཆོ་གང་ཞེན། །སྤྲུལ་གཉིས་ཞེ་སྤང་  
 དང་གཏི་ལྷག་ལས་སྤྱེས་པའི་རག་གི་ལས་དང་། །ལུས་ཀྱི་ལས་ཏེ་ལུས་དང་  
 རག་གི་ལས་ཆགས་པ་ལས་སྤྱེས་པ་ནི་ལོག་འཆོའོ། །དེ་སྤྱིང་དཀའ་བས་  
 སྤྱིམ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དུ་གཉིས་ལས་ལོགས་ཤིག་དུ་བསྟན་ཏོ། །གལ་ཏེ་  
 འཆོ་བའི་ཡོ་བྱང་ལ་ཆགས་པས་བསྐྱུང་བའི་ལུས་རག་གི་ལས་ཁོ་ན་ལོག་.....  
 འཆོ་ཡིན་གྱི་བདག་དགའ་བའི་ཆེད་དུ་གར་དང་སྤྱོད་པ་སོགས་ལོག་.....





འཆོ་མིན་པར་སེམས་པ་ནི་འཐད་པ་མིན་ཏེ། རྩལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱང་པོའི་  
 མདོ་ལས་དང་པས་སྦྱིན་པ་སྤྱད་དེ་སྤང་ཆེན་འཐབ་པ་སོགས་བརྟ་བ་དང་།  
 སྤྱ་སྤྱ་ཉན་པ་སོགས་ལོག་འཆོར་བཀའ་སྦྱལ་བ་དང་འགལ་བའི་བྱེར་རོ། །  
 གསུམ་པ་ལས་གང་འབྲས་བུ་གང་དང་བཅས་པ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་འབྲས་  
 བུ་ལྷ་ལས་ལས་གང་འབྲས་བུ་དུ་དང་ལྡན་ཞེ་ན། དྲི་བཅས་སྤྱོད་ལམ་སྟེ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་སྤྲིན་སོགས་ལྷ་ཡི་འབྲས་.....  
 བྱར་བཅས་ལ། སྤྱོད་ལམ་དྲི་མེད་ནི་རྣམ་སྤྲིན་མིན་པ་བཞི་ཡིས་སོ། །ཟག་  
 བཅས་སྤྱོད་ལམ་ལས་གཞན་པའི་དགེ་མི་དགེའང་བཞི་ཡིས་ཏེ་བྲལ་འབྲས་་  
 རོར་བའོ། །ཟག་མེད་སྤྱོད་ལམ་གྱི་ལྷག་མ་དང་ལྷང་བསྟན་མིན་པ་ནི་རྣམ་  
 སྤྲིན་དང་བྲལ་འབྲས་མིན་པ་གསུམ་གྱིས་སོ། །དེ་དག་གི་ཟག་བཅས་ལ་  
 བྲལ་འབྲས་མེད་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཞི་  
 མཐུན་དུ་འདོད་པའང་བཀའ་གཤོ། །དགེ་བའི་འབྲས་བུ་དགེ་བ་དང་སོགས་  
 པས་མི་དགེ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་ན་རིམ་པས་རྣམ་སྤྲིན་མ་ཡིན་པ་.....  
 བཞི་དང་སྦྱེས་བདག་གཉིས་དང་། སྦྱེས་བདག་རྣམ་སྤྲིན་གསུམ་མོ། །མི་  
 དགེ་བའི་འབྲས་བུ་དགེ་བ་དང་སོགས་པས་མི་དགེ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་་  
 ཡིན་ན་སྦྱེས་བདག་གཉིས་དང་། སྦྱེས་བདག་རྩ་མཐུན་གསུམ་དང་། བྲལ་  
 བ་མིན་པ་བཞི་སྟེ་རིམ་པ་བཞིན་ནོ། །ལྷང་བསྟན་མིན་པའི་འབྲས་བུ་དགེ་  
 བ་དང་སོགས་པས་མི་དགེ་བ་དང་ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་ན་རིམ་པས་སྦྱེས་.....  
 བདག་གཉིས་དང་། སྦྱེས་བདག་རྩ་མཐུན་གསུམ་གསུམ་སྟེ་མི་དགེ་བ་དང་།  
 བསྐྱེད་པས་ལྷང་མ་བསྟན་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་འདྲ་བས་ཕན་ཚུན་རྩ་.....  
 མཐུན་དུ་འགྱུར་རོ། །ལས་འདས་པའི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་





གང་ཡིན་ཡང་བྲལ་འབྲས་མིན་པ་བཞི་བཞིའོ། །བར་མ་ད་ལྟར་པའི་  
 འབྲས་བྱ་མ་འོངས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །བར་མ་ཉིད་ཡིན་ན་སྐྱེས་བདག་  
 གཉིས་སོ། །མ་སྐྱེས་པ་མ་འོངས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་མ་འོངས་པ་ཡིན་ན་  
 སྐྱེ་བདག་ཆམ་སྒྲིན་གསུམ་མོ། །རང་གི་ས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་རང་ས་  
 ཡིན་ན་བྲལ་འབྲས་དོར་བ་བཞི་སྟེ། ཟག་མེད་ཡིན་ན་ཆམ་སྒྲིན་ཡང་དོར་  
 བ་གསུམ་མོ། །གཞན་གྱི་ས་པ་ཟག་མེད་ཡིན་ན་དེ་གསུམ་དང་། ཟག་  
 བཅས་ཡིན་ན་སྐྱེས་བདག་གཉིས་སོ། །སློབ་པའི་འབྲས་བྱ་སློབ་པ་དང་  
 སོགས་པས་མི་སློབ་པ་དང་དེ་གཉིས་ཀ་མིན་པ་རྣམས་གང་ཡིན་ཡང་.....  
 གསུམ་རེ་སྟེ། འོན་ཀྱང་དང་པོ་གཉིས་རྣམ་སྒྲིན་དང་བྲལ་འབྲས་དོར་བའོ།  
 མི་སློབ་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་སློབ་པའི་ཆོས་དང་སོགས་པས་མི་སློབ་པ་.....  
 དང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་ཡིན་ན་བདག་འབྲས་གཅིག་པོ་དང་།  
 སྐྱེས་བདག་རྒྱ་མཐུན་གསུམ་དང་། སྐྱེས་བདག་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་  
 གཞན་པ་སློབ་མི་སློབ་གཉིས་མིན་གྱི་འབྲས་བྱ་སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པ་ནི་.....  
 སྐྱེས་བདག་གཉིས་གཉིས་དང་། གཉིས་ཀ་མིན་པ་ནི་ལྟའོ། །མཐོང་བས་  
 སྤང་བའི་འབྲས་བྱ་མཐོང་སྤང་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་སྐྱེས་བདག་རྒྱ་མཐུན་གསུམ་  
 དང་། སོགས་པས་སྒྲོམ་སྤང་ནི་བྲལ་བ་དོར་བ་བཞི་དང་། སྤང་བའི་མིན་པ་  
 བདག་འབྲས་གཅིག་སྟའོ། །སྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་  
 མཐོང་སྤང་དང་སྒྲོམ་སྤང་དང་སྤང་བའི་མིན་པ་དེ་དག་རིམ་པ་བཞིན་སྐྱེས་...  
 བདག་གཉིས་དང་། སྐྱེས་བདག་རྒྱ་མཐུན་རྣམ་སྒྲིན་བཞི་དང་། སྐྱེས་  
 བདག་བྲལ་བ་གསུམ་མོ། །སྤང་བའི་མིན་པའི་འབྲས་བྱ་དེ་གསུམ་དག་ཡིན་  
 བ། བདག་འབྲས་གཅིག་སྟའོ། །སྐྱེས་བདག་གཉིས་དང་། སྐྱེས་བདག་





ལྷ་མཁུན་བྲལ་བ་བཞི་སྟེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་ལས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་  
 གཞན་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལས་གང་ལྷ་གང་གིས་བྱེད་པ་དང་། འཕེན་  
 རྫོགས་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་ནི། །དང་པོ་ནི། བསྟན་བཅས་ལས་བྱེད་བ་  
 རིགས་པ་མིན་པས་སྐྱེད་པའི་ལས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཏེ། རྩལ་མིན་ཡིད་  
 བྱེད་ལས་བྱེད་བས་སོ། །ཁ་ཅིག་འགྲོ་འདུག་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ཉམས་  
 པའང་དེའོ་ཞེས་སོ། །དེ་གཉིས་ལས་བསྐྱོག་པ་རིགས་པས་སྐྱེད་པ་སྟེ་ལས་  
 དགེ་བ་སོགས་སོ། །ལས་ལྷག་མ་རྣམས་གཉིས་མིན་གྱི་ལས་སོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། ཅི་ལས་གཅིག་གི་སྐྱེས་པ་གཅིག་དང་། ལས་དུ་མས་སྐྱེས་པ་དུ་མ་ཁོན་  
 འཕེན་ནམ་ཞེན། ལས་གཅིག་ཁོན་སྐྱེ་བ་ཡང་རིགས་མཁུན་གྱི་གཅིག་  
 ཁོན་འཕེན་གྱི་ལྷུ་པ་གཞན་ནི་མིན་ལ། གཅིག་གིས་འཕངས་པའི་རིགས་  
 མཁུན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་ལས་དུ་མའོ། །གོང་མ་བ་ནི་ལས་  
 གཅིག་གིས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་། དུ་མས་ཀྱང་གཅིག་དང་དུ་  
 མ་འཕེན་པའི་ལྷ་བཞི་བཞེད་དོ། །ལས་འབའ་ཞིག་འཕེན་བྱེད་མ་ཡིན་གྱི་  
 རྣམ་སྤྱོན་དང་བཅས་པ་གཞན་ཡང་སྟེ། འོན་ཀྱང་སེམས་མེད་པའི་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་པ་གཉིས་པོ་དག་ནི་ལས་དང་ལྷན་ཅིག་མི་འབྱུང་བས་འཕེན་  
 བྱེད་མ་ཡིན་ལ། ལས་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཡང་ཤིང་གི་ཕྱི་ཤུན་ལྷར་ཕྱིན་  
 གནས་པས་སྟོབ་པའང་འཕེན་བྱེད་མིན་ཏེ། ལས་དང་འབྲས་བུ་མི་གཅིག་  
 པས་སོ། །གཉིས་པ་ལས་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤང་བྱ་སྐྱབ་པ་  
 གསུམ། བསྟན་བྱ་བསྟན་ནམས་བྱ་བའི་གཞི་གསུམ། ཆ་མཁུན་དགེ་བ་  
 གསུམ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ། གང་ན་  
 སྐྱབ་པ་གང་ཡོད་པ། ལས་སྐྱབ་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱབ་







བས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་དང་། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤྲིབ་པ་གསུམ་གསུངས་པ་  
 དེ་གང་ཞིན། འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་བར་མཆོམས་མེད་པར་དབྱལ་བར་འགྲོ་  
 བས་མཆོམས་མེད་པའི་ལས་ཏེ། ས་དང་མ་དང་དག་བཙོམ་གསུམ་གསོད་  
 པ་དང་། དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་  
 གྱི་ཁྲག་འབྱེན་པ་དང་ལྷ་རྣམས་ལས་གྱི་སྤྲིབ་པ་ལོ། ཉོན་མོངས་པ་ཤས་ཆེ་  
 བ་རྒྱན་དུ་འབྱུང་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དྲག་པོ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་  
 གཉིན་པོའི་སྐབས་མི་རྟེན་པས་ཉོན་སྤྲིབ་པོ། གཉིས་པ་ནི། རེ་འགའ་  
 རྒྱགས་དྲག་པོ་འབྱུང་ཡང་། སྤྲིབ་པ་གསུམ་གྱི་ཟླར་བགང་བའི་ཉོན་སྤྲིབ་  
 གཞོམ་རྒྱས་པས་མིན་ནོ། །དེ་འགྲོ་གསུམ་དང་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་  
 ཅན་དང་སྐྱེ་མི་སྟན་པ་རྣམས་ནི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྤྲིབ་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་ནི་  
 འཕགས་ལམ་དང་དེ་ལ་སྦྱར་བའི་དགེ་བ་ལ་བསྐྱབས་པ་གསུམ་དུ་འདོད་་་་  
 རོ། གཉིས་པ་ནི། སྤྲིབ་པ་འདི་གསུམ་ཁམས་གང་ན་ཡོད་ཅེན། མཆོམས་  
 མེད་ནི་བྱང་སྐྱེ་མི་སྟན་མིན་པའི་སྤྲིང་གསུམ་དག་གི་མི་ཁོན་ལ་ཡོད་ཅིང་།  
 དེ་ཡང་སྦྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་ཁོན་ལ་ཡོད་ཀྱི་བ་མ་སོགས་ལ་ཡོད་པར་མི་་་  
 འདོད་དེ། སྤྲིམ་པའི་རྟེན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་དག་གི་ས་མས་དོན་  
 དང་ལྡན་པའི་ལུས་ཆང་བར་མ་བསྐྱེད་པས་ཕན་ཚུང་བའི་ཕྱིར་དང་། དེ་  
 དག་གྱང་རྩོམ་ཁྲེལ་ཡོད་ཤས་ཚུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡི་དྲགས་དང་  
 དུད་འགྲོ་ལའང་མི་འདོད་དོ། །སྤྲིབ་པ་སྟག་མ་གཉིས་ནི་འགྲོ་བ་ལྷ་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་དོ། གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཆོམས་མེད་དང་དེ་དང་  
 ཉེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ་མཆོམས་མེད་དངོས། དེའི་ལས་འབྲས།  
 ལས་འབྲས་གྱི་ཞར་བྱང་རོ། །དང་པོ་ནི། དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་ནི་དག་





འདུན་སྡེ་གཉིས་སྤྱགས་ཅེ་མི་འཕྲོད་པའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་མིན་པའི་འདུ་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཞིང་། ལུང་བསྟན་ཡང་མིན་པས་མ་  
 སྐྱབ་པས་ལུང་མ་བསྟན་ཏེ། དབྱེ་ན་དེ་དང་སྤྱགས་གཉིས་ཀའི་དགེ་འདུན་  
 ཡང་དག་པར་ལྡན་ཏེ། འདི་ནི་མཆོམས་མེད་ཡིན་ནོ། །དབྱེན་དེའི་ངོ་མོ་  
 བྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཆེན་པོའི་རྩུན་ཏེ། དེ་དང་འབྱེད་པོ་ལྟས་སྦྱིན་སྤྱགས་ལ་  
 ཡང་དག་པར་ལྡན་ནོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ནི་བར་གྱི་བསྐལ་པར་མནར་མེད་  
 པར་སྦྱིན་པར་འགྱུར་ལ། གཞན་བཞིས་དཔྱལ་བར་ངེས་ཀྱང་། མནར་  
 མེད་དུ་མ་ངེས་སོ། །འོ་ན་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱིས་པ་མ་དག་བཅོམ་པ་བསད་པ་ལྟ་  
 བུ་མཆོམས་མེད་དུ་མ་ཞིག་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཅིག་ཅར་སྦྱིན་ན་གཅིག་.....  
 དང་དུ་མ་བྱས་པ་ཁྱད་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། རིམ་གྱིས་སྦྱིན་ན་སྦྱེས་ནས་  
 མྱོང་འགྱུར་དུ་མི་འཐད་པས་མཆོམས་མེད་ཀྱི་དོན་དུ་མི་རུང་ལ། རྒྱུད་  
 གཅིག་ལས་མེད་པས་དཔྱལ་བ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་ཡང་མི་གྲུབ་པོ་ཞིན། ཀུན་  
 གྱི་ནམ་སྦྱིན་ཅིག་ཅར་མྱོང་སྟེ། མཆོམས་མེད་གཉིས་ལ་སྤྱགས་པ་ལྟག་པ་  
 བྱས་པས་ནི་ནམ་སྦྱིན་གྱི་གནོད་པ་ཉིས་འགྱུར་སྤྱགས་ལྟག་པར་འགྱུར་བའི་  
 ལུས་ཆེན་པོ་དང་། གཞོན་ཤ་ཅན་འགྲུབ་ཅིང་། ཆད་པ་མི་བཟད་པ་སྟེ་  
 ཆོགས་མྱོང་ངོ་། །སྤྱི་ཞིག་གིས་འབྱེད་ཅེན། བྱིས་པ་སྤྱགས་ཀྱིས་མིན་གྱི་  
 དགེ་སྦྱོང་དང་། དེ་ཡང་སྤྱིད་པ་སྦྱོང་པས་མིན་གྱི་ལྟ་བ་སྦྱོང་པས་དང་།  
 ཆོག་མི་བཅུན་པས་ཚུལ་འཆལ་གྱིས་མིན་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྡན་པས་.....  
 འབྱེད་དོ། །ཀྱང་དུ་འབྱེད་ཅེན། སྟོན་པ་ནི་ཟིལ་ཆེ་བ་དང་བཀའ་བཅན་  
 པས་དེའི་མངོན་སུམ་དུ་འབྱེད་མི་རུས་པས་དེ་ལས་གཞན་དུ་འོ། །སྤྱད་ག་  
 འབྱེད་ཅེན། ཆོས་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་འཕགས་པ་དང་། དེ་དང་འདྲ་





བའི་སོ་སྤྱེ་འབྱེད་མི་རྒྱས་ལ་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་བྱས་པ་རྣམས་འབྱེད་་་  
 རོ། །རི་ཅམ་གྱིས་དབྱེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་ལ་སྟོན་པ་  
 དང་། དེས་བསྟན་པའི་ལམ་ལས་གཞན་པའི་ལམ་ལ་བཟོད་པ་ནི་དབྱེ་པ་འོ།  
 དེ་རྒྱས་ཇི་སྤྱད་རྒྱ་འཇུག་ཅེ་ན། དབྱེན་དེ་ནི་ནམ་མ་ལངས་པར་འདུམ་  
 པས་ཞག་གཅིག་ལས་ལྷག་པར་མི་གནས་སོ། །དབྱེན་དེ་ནི་ལམ་རྒྱ་འཇུག་  
 པའི་གོགས་བྱེད་པས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་གོགས་བྱས་པའི་ཕྱིར།  
 འཁོར་ལོའི་དབྱེན་རྒྱ་ཡང་འདོད་དོ། །དེ་གང་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། སངས་རྒྱས་  
 བཞུགས་པ་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་ཉིད་ནའོ། །དགེ་སྤྱོད་རྒྱ་ཡིས་འགྲུབ་ཅེ་ན།  
 སྤྱགས་གཉིས་ན་དགེ་སྤྱོད་བཞི་བཞི་དང་འབྱེད་པ་པོ་སྟེ། དགུ་སྤྱགས་ཡན་  
 ཆད་ཀྱིས་ཏེ། དགེ་འདུན་དང་སངས་རྒྱས་དང་འབྱེད་པ་པོའི་སྤྱགས་ཏེ་  
 སྤྱགས་གསུམ་རྒྱ་གནས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ལས་ཀྱི་དབྱེན་ནི་མཆོམས་  
 གཅིག་གི་ནང་རྒྱ་སྤྱོ་མི་མཐུན་པས་གསོ་སྤྱོད་སྤྱགས་ལས་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་  
 བསྟན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་གསུམ་ན་ཡོད་ལ། སྤྱགས་གཉིས་ཀྱི་དགེ་སྤྱོད་བཞི་  
 བཞི་སྟེ་བརྒྱད་ཡན་ཆད་ཀྱིས་འགྲུབ་སྟེ་མཆོམས་མེད་མིན་ནོ། །འཁོར་ལོའི་  
 དབྱེན་དེ་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དང་པོ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་  
 བས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་དང་། མཐའ་ལྷ་རན་འདའ་ཁ་གཉིས་ན་དགའ་  
 བ་དང་སྤྱོད་བར་སྤྱོ་གཅིག་པས་དང་། བར་རྒྱ་བསྟན་པ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་  
 ལྟ་བ་སྤྱོན་མ་བྱུང་གི་བར་དང་། ལྷ་བྱེད་མཆོག་ཟུང་གཅིག་གི་སྤྱོ་རོལ་  
 དང་། འགན་ཟླ་མེད་པས་ཐུབ་པ་ནོངས་པའི་རྗེས་དང་། མཆོམས་གཅིག་  
 གི་ནང་རྒྱ་སྤྱགས་གཉིས་ཀ་གནས་དགོས་པས་དེ་མ་བཅད་པ་དག་རྒྱ་ཡང་་་  
 འཁོར་ལོའི་དབྱེན་མི་འབྱུང་རོ། །ལས་ལ་རག་ལས་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱན་





ལ་འཁོར་ལོའི་དབྱེན་མི་འབྱུང་གི། ལྷན་པ་འདིས་སྤྲོན་དང་སྤྲོང་མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་ལྟ་ཅན་དང་ལྟན་པ་ཞིག་གི་འཁོར་བྱེ་བས་འདིའི་དགེ་འབྱུང་...  
 ལྷས་སྤྲོན་གྱིས་བྱེ་བའོ། ཅིའི་ཕྱིར་མ་བསད་པ་སོགས་ལྟ་ཁོ་ན་མཆོམས་  
 མེད་ཏུ་བཞག་ཅེན། དེ་ལྟ་ཞིང་དང་བསམ་པ་དང་སྦྱར་བ་གསུམ་གྱིས་  
 སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱི་བ་སྟེ། བན་འདོགས་པའི་ཞིང་པ་མ་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཞིང་དག་བཙམ་སོགས་བསམ་པས་སྤངས་ཤིང་སྦྱར་བས་མེད་པར་བྱས་...  
 པའི་ཕྱིར་རོ། ཤ་དང་མ་མཆོན་གཞན་ཏུ་ཡུར་པའི་སྦྱོས་པ་དང་བྱད་མེད་  
 བསད་ཀྱང་མཆོམས་མེད་ཏུ་འགྱུར་རོ། བྱད་མེད་འགས་རང་གི་རྩར་རྩར་  
 སོ་མངལ་ཏུ་སྒྲགས་པ་སྤྲོན་ཅིང་བསྐྱེད་ན་དེའི་མ་གང་ཞེན། གང་གི་ཆེ་  
 མཆོན་ལས་བྱུང་བ་དང་སོ་ནི་དེའི་མ་སྟེ། དེ་བསད་ན་མཆོམས་མེད་ཏུ་  
 འགྱུར་ལ། གཉིས་པའང་བྱ་བ་ལྷ་བའི་གནས་སོ། ཁིའི་པ་མ་མི་མ་ཡིན་པ་  
 བསད་ཀྱང་མི་འགྱུར་ཞིང་། བ་མ་ལ་སྦྱར་བ་བྱས་ནས་གཞན་བསད་  
 ན་འང་མི་འགྱུར་ལ། བ་མ་མིན་པ་ལ་སྦྱར་བ་བྱས་ནས་པ་མ་ངག་བསད་  
 ན་འང་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱིའི་འོག་ན་ཡོད་པ་བསད་པ་དང་། སྐས་འབྲུ་བའི་  
 ཏུ་ཞིག་གིས་སྤང་བྱ་བསོད་པའི་སྦྱར་བ་བྱས་ནས་པ་བསད་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 སངས་རྒྱས་ནི་དགྲོངས་སེམས་མེད་ན་བརྟེན་པར་སེམས་པ་ཅམ་གྱིས་ཁྲག་  
 ལྷང་ཡང་མཆོམས་མེད་མིན་ཏེ། དེ་ཅམ་གྱིས་ནི་བསམ་པས་སྤངས་པ་མིན་  
 པས་སོ། ལྟོབ་པ་ལ་བསྐྱེན་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་དག་བཙམ་པ་ཐོབ་ནས་  
 དགྲོངས་པ་ལ་མཆོམས་མེད་འབྱུང་བ་མིན་ཏེ། དག་བཙམ་པ་ལ་སྦྱར་བ་  
 མ་བྱས་པས་སོ། །དག་བཙམ་མིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་དེ་བསད་ན་འང་  
 འདི་བསད་ན་སྐྱམ་ཏུ་ཉེན་ངེས་པར་བརྒྱུད་བའི་ཕྱིར་འགྱུར་ཏེ། ལྟ་ཇ་ཡ་





ན་བཞིན་ནོ། །པ་དག་བཅོམ་པ་བསད་ཀྱང་རྟེན་གཅིག་པས་དག་བཅོམ་  
 བསད་པའི་མཆམས་མེད་གཅིག་ཤུར་འཁྱར་དོ། །གཉིས་པ་དེའི་ལས་  
 འབྲས་ནི། མཆམས་མེད་ཀྱི་སྦྱར་བ་བྱས་ཤིང་དེ་མ་བསྐྱུག་པ་ལ་བསམ་པ་  
 ཤིན་ཏུ་འགལ་བས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་་་་  
 དོ། །ཐིག་ཆེན་ཏུ་ཐོབ་པ་འང་བཤད་དོ། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ཤེས་བཞིན་བྱ་  
 དགེ་འདུན་དབྱེ་བའི་ཕྱིར་རྩོན་སྤྲུལ་ནི་ཉེས་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་ཁ་  
 ར་མ་ཐོབ་རབ་ཏུ་ཆེ་བར་འདྲོད་དེ། རྒྱལ་བའི་ཆོས་སྤྱུ་ལ་བསྐྱུན་པ་དང་།  
 འབྲས་བྱ་བཞི་ཐོབ་པ་ལ་གེགས་བྱེད་པ་དང་། ཆགས་བྲལ་དང་ཐོས་  
 བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་གེགས་བྱེད་ཅིང་སྦྱེ་རྒྱུ་འད་ཡིད་མི་བདེ་ཞིང་དུན་པ་་་་  
 ཉམས་པར་འཁྱར་བས་སོ། །དེ་ནས་ཁྲག་འབྱིན་དང་། དག་བཅོམ་དང་།  
 མ་དང་། པ་གསོད་པ་རྣམས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཡང་ངོ་། །གསུམ་པ་ལས་འབྲས་ཀྱི་  
 ཞར་བྱུང་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་དགེ་བ་གཞིར་བྱས་པ་ལ་སྲིད་ཅེའི་སེམས་  
 པ་རྣམ་ཐྱིན་གྱི་འབྲས་བྱ་རབ་ཏུ་ཆེ་སྟེ། བསྐལ་ཆེན་བརྒྱད་ཁྲིར་མཐོ་རིས་  
 ལུ་སྒྲིན་པས་སོ། །བྲལ་འབྲས་ནི་དོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛོན་དང་། སྦྱེས་བྱ་  
 བྱེད་འབྲས་ནི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་མཆོག་ཆེའོ། །གཉིས་པ་དེ་དང་ཉེ་བ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། རོ་པོ་དང་། ཞར་ལ་ལམ་གསུམ་གྱི་གེགས་བཤད་པ། དེས་  
 གནས་བྱེད་བྲག་ཏུ་བསྐྱུན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་མཆམས་མེད་ཁོ་ནས་དབྱལ་  
 བར་སྦྱེའམ་ཞེན། དེ་དང་ཉེ་བས་ཀྱང་སྦྱེ་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་ཁྱད་པར་ནི་  
 རྩུག་བསྐལ་ཆེ་ཆུང་ངོ་། །གཞན་ནི་སྦྱེས་ནས་ཐྱོང་འཁྱར་དང་དེས་པ་དང་  
 མ་དེས་པ་གཉིས་ལུ་འདྲོད་དོ། །དེ་ཡང་མ་དག་བཅོམ་མ་ཞིག་འདྲོད་ལོག་  
 གིས་ལུན་འབྱིན་པར་བྱས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་གནས་





གསོད་པ་དང་། འཕགས་པ་སློབ་པ་གསོད་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་ཞལ་  
 ཏུ་འདུ་བའི་སློན་ནངས་གཅིག་གི་འཆོ་བ་ཡན་ཆད་དམ། ཉན་མར་འདུ་བ་  
 ཞེས་དབྱིག་ཤེས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །དེ་འཕྲོག་པ་སྟེ་བཞི་པོ་དག་མཆོམས་  
 མེད་པ་བཞི་དང་ཆ་འདྲ་བ་སྟེ། མཆོམས་མེད་ལྔ་པའི་ཉེ་བ་ནི་མཆོད་རྟེན་  
 འཇིག་པར་བྱེད་པ་འོ། །ས་སྒྲེར་ནི་ལྷའི་གནས་དང་ལམ་གྱི་གཞི་མདོར་  
 ལྷགས་གསོད་པ་དང་། མཛེའ་ཤེས་བསྟུ་བ་དང་། ལྷག་ཅིང་མགོན་མེད་པ་  
 ལ་སྦྱབས་བྱིན་ནས་བསྟུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་དང་ཉེ་བར་བཤད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། སྦྱར་ལམ་བཟོད་པ་ཐོབ་པ་ལ་ངན་སོང་ཏུ་སྦྱེདེས་ཀྱི་ལས་  
 དང་། སྦྱར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་འདོད་ཁམས་སུ་སྦྱེདེས་ཀྱི་ལས་  
 དང་། དག་བཅོམ་ཐོབ་པ་ལ་ཁམས་གོང་མར་སྦྱེདེས་ཀྱི་ལས་ཀྱང་གཤམས་  
 ཤིན་ཏུ་བྱེད་དེ། དུལ་འཕོ་བ་ན་བྱ་ལོན་ལ་ལྷང་བ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སྦྱར་བསྟན། བྱེ་བྲག་སྟོན་པས་མཛེད་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་ཞེས་བཤད་པ་ལ། གང་ནས་བཟུང་སྟེ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་ཡིན་ཞེ་ན། གང་པན་ཆད་ནས་མཆོན་  
 སོ་གཉིས་ནམ་པར་སྦྱིན་པའི་ལས་བྱེད་པ་ནས་ངེས་གནས་སོ། །དེ་པན་  
 ཆད་རྟག་ཏུ་བདེ་འགྲོ་དང་དེར་ཡང་རིགས་མཐོ་བར་སྦྱེ་བ་དང་། དབང་  
 པོ་ཆང་པ་དང་། ཐོ་ཁོ་ནར་གྱུར་པ་དང་། ཆེ་རབས་དྲན་པ་དང་། མི་སྟོག་  
 སྟེ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཏུ་སྦྱག་བསྟུལ་བ་དང་། ལོག་སྦྱབ་ཀྱིས་མི་སྦྱོ་བའོ། །  
 མཆོན་གྱི་ལས་དེ་ནི་སློན་པས་འཛམ་བུ་གླིང་པའི་ཕོར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་……  
 འཕེན་ཞིང་དུལ་སྟོན་པ་མཛོན་སུམ་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། རོ་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་  
 ལ་དམིགས་པའི་སེམས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དེ་ཡང་ཐོས་བྱང་དམན་ཞིང་སྟོམ་





བྱང་འདོད་པའི་རྟེན་དེ་ལ་མི་སྒྲིལ་པས་བསམ་པ་ལས་བྱང་བཤ། །དུས་ནི་  
 བསྐལ་པ་བརྒྱ་ལྷས་པ་ན་འཕེན་པར་བྱེད་ལ། རྟོན་པ་ཤུག་ལུབ་པས་ནི་  
 བཙུན་འགྲུས་ཆེ་བས་དགྲ་བརྩུ་ཙ་གཅིག་ལྷས་པ་ན་འཕངས་ཏེ། མདོ་ལས།  
 གྲང་དཔོན་ངས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ། བསྐལ་པ་དགྲ་བརྩུ་ཙ་གཅིག་གི་བར་  
 ཏུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སྟུང་ན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པས་དེ་ཚུན་ཆད་རང་.....  
 བཞིན་གྱི་ཆེ་རབས་དྲན་པར་གསུངས་པས་སོ། །མཚན་གྱི་རྒྱ་གང་ཞེ་ན།  
 མཚན་དེ་རྣམས་རེ་རེ་འང་བསོད་ནམས་བརྒྱ་ལས་སྟེས་ལ། བསོད་ནམས་  
 གྱི་ཆད་ནི་འདིར་མི་འདྲ་བ་ཏུ་མ་འབྱུང་ཞིང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོར་ཡང་སྟེ་  
 ཆོགས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། རྟོན་པ་འདིས་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་  
 ཆོགས་བསགས་པས་གངས་མེད་གང་ལ་སངས་རྒྱས་རི་སྟེང་ཅིག་བསྟེན་.....  
 བཀའ་བྱས་ཤེ་ན། གངས་མེད་དང་པོ་ལ་སངས་རྒྱས་བརྩན་ཁྱི་ལྟོང་།  
 གཉིས་པ་ལ་བརྩན་ཁྱི་དྲུག་ལྟོང་། གསུམ་པ་ལ་བརྩན་ཁྱི་བརྩན་ལྟོང་ལ་  
 བསྟེན་བཀའ་བྱས་སོ། །གངས་མེད་གསུམ་པའི་ཐ་མར་རྣམ་པར་གཟུགས་  
 དང་གཉིས་པའི་ཐ་མར་མར་མེ་མཛད་དང་། དང་པོའི་ཐ་མར་རིན་ཆེན་  
 གཙུག་ཏོར་ཅན་བྱང་ལ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་དང་པོར་བྱང་བ་ནི་ཤུག་ལུབ་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཚུད་དུས་ཀྱི་ཤུག་ལུབ་པ་དང་སྟེ་ཆེ་ལ་སོགས་ཚུལ་འདྲ་བ་  
 ཞིག་སོ། །དང་པོའི་ཤུག་ལུབ་པ་དེའི་དྲུང་དྲུང་ལྟོང་ལྟོང་པ་འདི་རྩ་མཉམ་  
 རྒྱང་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་ན། བདག་ཀྱང་འདི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་ཁོ་ནར་སངས་  
 རྒྱས་པར་ཤོག་ཅིག་ཅིས་དང་པོར་སྟོན་ལམ་བཟབ་པཤ། །ལུང་དུ་ནི།  
 གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཐ་མའི་སངས་རྒྱས་འདི་དང་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གསུངས་  
 ལ། ཐེག་ཆེན་པས་ནི་གངས་མེད་རེ་རེ་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཆད་མེད་པ་





བསྟེན་བཀྱར་བྱས་ཞེས་འབྱུང་གི་གྲངས་མེད་འདི་ལྟ་བུ་མ་བྱས་སོ། །བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་ས་དཔའི་སྤེལ་སྤྲོད་དུ། དང་པོའི་སྤུལ་པ་དེ་ལས་མེས་ས་བསྐྱེད་ནས།  
 གྲངས་མེད་གཅིག་ཆོག་ས་བསགས་ཤིང་། ཆོང་དཔོན་ཤེས་རབ་བཟང་  
 པོར་གྱུར་པ་ན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་དུ་ས་དང་པོ་  
 སྤོ། །གྲངས་མེད་གཉིས་པ་རྫོགས་ནས་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེད་གཞོན་ཅུ་སྟེན་དུ་  
 གྱུར་པ་ན་སངས་རྒྱས་མར་མེ་མཛད་ཀྱི་སྟུན་སྤར་ས་བརྒྱད་པ་སྤོ་པར་.....  
 བྱས་ནས་གྲངས་མེད་གསུམ་པ་མཐར་སྟེན་པའི་རྗེས་སུ་སངས་རྒྱས་པར་.....  
 གསུངས་སོ། ལྟོན་པ་འདིས་སྟོན་གནས་སྐབས་གང་དུ་སྟེན་དུག་རྫོགས་ཤེ་  
 ཅ། ལུལ་ཀུན་ལ་ལུས་དང་སྤྱོད་གི་བར་ཐམས་ཅད་སྟོང་རྗེ་ཡི་མེས་ས་ཀྱིས་  
 སྟེན་པར་བྱེད་པས་སྟེན་པའི་པར་སྟེན་རྫོགས་སོ། །འདྲོད་ཆགས་དང་  
 བཅས་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་བཅད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འབྲུགས་པས་.....  
 བཟོད་པ་དང་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་པར་སྟེན་རྫོགས་ཏེ། ལུས་དག་གི་ཉེས་སྦྱད་  
 སྟོམ་པས་སོ། །རྒྱལ་བ་སྐར་རྒྱལ་རི་ཡུག་ཅིག་ན་ཟད་པར་མེད་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་ལ་བཞུགས་པ་ལ། ཀླང་པ་གཅིག་གིས་འབྲེང་ཕྱེ་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་  
 ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པས་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་པར་སྟེན་རྫོགས་ཤིང་།  
 བསྐལ་པ་དགུ་ཡང་འདུམས་ཏེ། བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔའ་དེས་གནས་སུ་  
 གྱུར་ཏོ། །མཛོན་པར་བྱང་རྒྱུ་པའི་སྤེལ་ལ། དེ་མ་ཐག་ལ་རྗེ་རྗེ་ལྟ་བུའི་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་བསམ་གཏན་དང་སྟོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པར་སྟེན་རྫོགས་སོ། །གཉིས་པ་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་གཞི་གསུམ་ལ་གསུམ་  
 རྟེ། སྟུན་མོང་གི་དེས་ཆོག་།དབྱེ་བ་སོ་སོའི་རང་བཞིན། ཆོས་སྟེན་བྱེ་བྲག་  
 དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི་མདོ་ལས། སྟེན་པ་དང་ཚུལ་བྱིམས་དང་། སྟོམ་







བ་ལས་བྱུང་བའི་གཞི་གསུམ་གསུངས་པ་དེ་ཇི་ལྟར་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་...  
 གཞི་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱིན་པ་ལས་བྱུང་བ་སོགས་གསུམ་པོ་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་  
 རྣམ་སྤྲིན་ཡིད་རྟེན་འོང་བས་བསོད་ནམས་ཀྱང་ཡིན་ལ། ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་པས་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གི་སེམས་འཕྲུག་པའི་གཞི་ཡང་  
 ཡིན་པས་དེ་སྐད་བཞིན་དེ། དཔེར་ན་ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ་ལམ་ཡང་ཡིན་  
 པས་ལས་ལམ་དང་། ལས་ཀྱི་ལམ་ཁོན་ཡིན་པས་ལས་ལམ་རྟུ་བཤད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིན་པ་ལས་བྱུང་བ་བཤད། གཞན་  
 གཉིས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱིན་པའི་ངོ་སོ། དབྱེ་བ། བྱུང་  
 པར་རོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིན་པ་གང་ཞེ་ན་སྤྱིན་བྱ་ལ་སྤྱིན་པར་གྲགས་པའང་  
 ཡོད་མོད་ཀྱི། འདིར་ནི་གང་གིས་སྤྱིན་པར་བྱེད་པ་དེ་སྤྱིན་པའོ། །འཇིགས་  
 པ་དང་ལན་ལ་རེ་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་མ་ཡིན་ལ་འདིར་ནི་གོང་མ་མཛོད་...  
 པ་དང་། དམན་པ་ལ་ཕན་གདགས་པར་འདོད་པའི་སྤྱིན་པའོ། །སྤྱིན་པར་  
 བྱེད་པ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། ལག་པ་སྦྱང་བ་སོགས་ལུས་དང་། སྤྱན་པར་སྦྱ་  
 བ་སོགས་ངག་གི་ལས་ཀྱན་སྦྱང་དང་བཅས་པའོ། །སྤྱིན་པ་དེའི་འབྲས་བྱ་  
 བྱི་འོངས་སྦྱང་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་ཅན་ཞིས་སྦྱས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། འཕགས་  
 པ་ཆགས་བྲལ་མིན་པས་མཛོད་རྟེན་ལ་སྤུལ་བ་ནི་བདག་ཁོན་འདི་དོན་རྟུ་...  
 སྤྱིན་པ་དང་། འཕགས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སྤྱིན་པ་ནི།  
 གཞན་ཁོན་འདི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སྤྱིན་པ་དང་། འཕགས་པ་ཆགས་བཅས་གྱིས་  
 སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སྤྱིན་པ་ནི། བདག་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་  
 སྤྱིན་པ་དང་། འཕགས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱིས་མཛོད་རྟེན་ལ་སྤུལ་བ་ནི།  
 གཉིས་ཀའི་དོན་རྟུ་མིན་པའི་ཕྱིར་སྤྱིན་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བཞིའོ། །གསུམ་པ་ལ་





གཉིས་ལས། མདོར་བསྟན་ནི། དེ་འབྲས་ལོངས་སྤྱད་ཆེན་པོ་ཅན་ཞེས་  
 བཤད་པའི་བྱད་པར་ནི་སྤྱིན་བདག་དང་། དངོས་དང་། ཞིང་གི་བྱད་པར་  
 དང་གསུམ་ལས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་།  
 འཕྲོས་པའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ། སྤྱིན་བདག་གི་བྱད་པར་ནི་དད་པ་དང་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཐོས་པ་སོགས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིན་པ་ནི། འབྲས་  
 བྱ་བྱད་པར་རྩ་འཕགས་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱིན་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་གྲུས་པ་  
 དང་། སོགས་པས་རང་གི་ལག་པ་ནས་སྟེར་བ་དང་། རྩས་སུ་སྤྱིན་པ་དང་།  
 གཞན་ལ་མི་གཞོད་པར་སྤྱིན་པར་བྱེད་པས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བྱུང་  
 རིམ་པ་བཞིན་རྩ་རང་ལ་བཀྱུར་སྟེ་དང་། ལོངས་སྤྱད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་།  
 དགོས་པའི་རྩས་ལས་མི་ཡོལ་བ་དང་། བར་ཆད་མེད་པར་རྟེན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དངོས་པོའི་བྱད་པར་ནི་ཁ་དོག་དང་སོགས་པས་བྱི་དང་རོ་  
 དང་རེག་བྱ་སྟན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་སྤྱིན་བྱའི་དངོས་པོ་བྱད་པར་རྩ་  
 འཕགས་པ་སྟེ། དེ་ལས་འབྲས་བྱུང་རིམ་པས་གཞུགས་བཟང་བ་དང་།  
 སྟན་གྲགས་དང་ལྡན་པ་དང་། ཡིད་དགེ་བ་དང་། ཤིན་རྩ་གཞོན་ཤ་ཅན་  
 དང་། རྩས་སུ་རེག་ན་བདེ་བའི་ལུས་སུ་འགྱུར་རོ། །ཞིང་གི་བྱད་པར་ནི་  
 རུད་འགོ་ལ་སྤྱིན་ན་ནམ་སྤྱིན་བརྒྱ་འགྱུར་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བའི་  
 མི་ལ་སྟོང་འགྱུར་ལྟ་བུར་འགོ་བའི་བྱད་པར་དང་། ནད་པ་སོགས་སྟུག་  
 བསྐལ་བའི་ཞིང་དང་། ས་མ་སོགས་སུ་འདོགས་པའི་ཞིང་དང་། ཚུལ་  
 ཁྲིམས་དང་ལྡན་པ་ལ་འབུམ་འགྱུར་དང་། འཕགས་པ་ལ་ཆད་མེད་པར་  
 གསུངས་པ་སོགས་ནི། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་བྱད་པར་རྩ་  
 འཕགས་པ་འོ། །སྤྱིན་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་གང་ཞེ་ན། སྤྱིན་པའི་མཆོག་ནི་





གྲོལ་བ་དག་བཙམ་པས་གྲོལ་བ་ནང་ལ་བྱིན་པ་འཇ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཡིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པའི་ཕྱིར་བྱིན་པ་ནི་གྲོལ་བས་་་་  
 མ་གྲོལ་བ་ལ་བྱིན་ཡང་མཆོག་གོ། ཇེ་ལ་གཏོང་བའི་སྤྱིན་པ་བརྒྱད་  
 གསུངས་པའི་ནང་ནས་བརྒྱད་པ་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་སྟགས་མཆོག་གོ། བརྒྱད་  
 ནི་ཉེ་བ་ལ་དང་། འཇིགས་པས་དང་། བདག་ལ་སྤྱིན་པ་དང་། བདག་ལ་  
 སྤྱིན་པར་འགྱུར་བས་དང་། སྤྱིན་བདག་གི་ཕ་མས་ལ་བྱིན་པས་དང་།  
 མཐོ་རིས་ཀྱི་དོན་དང་། སྐྱགས་པའི་དོན་དུ་དང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱན། སེམས་  
 ཀྱི་ཡོ་བྱད། རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཆོགས། དོན་གྱི་མཆོག་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 སྤྱིན་པའོ། །འཕགས་པ་ལ་བྱིན་ན་གཞལ་དུ་མེད་པར་གསུངས་མོད།  
 འཕགས་པ་མིན་ཡང་ཕ་མ་དང་ནད་པ་དང་ཆོས་སྤྲུལ་དང་། རྒྱལ་བུ་དོན་  
 གུབ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་མཐའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྟེ་ལྟེ་ལ་སྤུལ་བ་ནི་འབྲས་་་་་  
 བུའི་སྤྱོད་ནས་ཡོན་ནི་གཞལ་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འཕྲོས་པའི་དོན་  
 ནི། བྱས་པའི་རྩིས་ལ་བྱེད་བའི་མཆུག་དང་མི་ལྟན་ན་རྒྱུད་ཞིང་། ལྟན་ན་  
 ཆེ་བ་དང་། ཕན་གཞོད་བྱེད་པའི་ཞིང་སལ་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་ལྟེ་ལ་དུ་  
 བྱས་པ་དང་། གཞི་ལས་ལམ་གྱི་དབང་གིས་ཕ་མའི་སྤྱོད་གཙོད་པ་བས་  
 དེའི་ནོར་རྒྱ་བ་ལས་ལམ་རྒྱུད་བ་དང་། སྤྱིན་པ་བས་ཚུལ་ཁྲིམས་ཆེ་བ་  
 སྟགས་སོ། །ལས་དེའི་དོན་དུ་ལྷན་དག་གི་སྤྱོད་པ་ཞན་པ་དང་ཆེད་ཆེར་  
 བྱེད་པ་དང་། མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དང་། ཀྱན་སྦྱང་གི་བསམ་  
 པ་དྲག་ཞན་དང་། ཆེ་རྒྱུད་གི་བྱེད་བྱས་ལས་ལམ་ལམ་ཡང་ཆེ་བ་དང་རྒྱུད་  
 བར་འགྱུར་རོ། །ལས་བྱས་པ་དང་བསགས་པ་ཞེས་པའི་བསགས་པ་གང་  
 ཞེན། སྤྱོད་དུ་མ་བཏང་བ་མིན་པར་བསམ་བཞིན་དུ་བྱས་པ་དང་། ཇི་





ཅམ་གྱིས་ངན་འགོའམ་བདེ་འགྱུར་སྟེ་བའི་ལས་དེ་རྫོགས་པར་བྱས་པ་.....  
 དང་། ཐུས་མི་འགྱུར་པ་དང་། དེ་དང་འགལ་བའི་གཉེན་པོ་མེད་པ་དང་།  
 བྱས་ནས་རྫོགས་སུ་ཡི་རང་བའི་འཁོར་དང་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་འབྱིན་ངེས་པ་...  
 རྟེ། རྒྱག་ལ་བསགས་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་གཞན་རྩ་ན་བྱས་ཀྱང་མ་  
 བསགས་པའོ། །མཆོད་རྟེན་ལ་སྤུལ་བ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་བྱེད་པ་མེད་པས། ཇི་  
 ལྟར་བསོད་ནམས་འཛོལ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། མཆོད་རྟེན་ལ་སྤུལ་བ་ལ་  
 ཡོངས་སྤྱོད་པ་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་མེད་ཀྱང་། བསམ་པ་བཟང་  
 པོས་བཏང་བའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་ལེན་  
 པ་མེད་ཅིང་གཞན་ལ་དངོས་སུ་ཕན་པ་མེད་ཀྱང་བྱམས་སོགས་ཆོད་མེད་...  
 དང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་བསྐྱོམས་པ་ལ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་མཐུས་བསོད་.....  
 ནམས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཞིང་བཟང་པོ་ལ་སྤྱིན་པའི་འབྲས་སུ་  
 ཡིད་རྒྱུ་འོང་བ་ཡིན་ན། ཞིང་ངན་པ་ལ་བྱིན་ན་འབྲས་སུ་ཡིད་རྒྱུ་མི་འོང་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཞིང་གི་ཁྱད་པར་ལས་འབྲས་སུ་ཡིད་རྒྱུ་འོང་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་མི་སྤྲི་ཡི། ཞིང་ངན་པ་ལ་ཡང་རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་ས་བོན་ལས་  
 རྒྱན་འབྲུམ་གྱི་འབྲས་སུ་མངར་བ་ཁོན་སྟེ་བ་ཡིན་གྱི་རོ་ཁ་བ་མི་སྟེ་བ་.....  
 བཞིན་རུ། རྒྱ་ལས་འབྲས་སུ་མི་འབྲུལ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ན་དགེ་བའི་ས་  
 བོན་ལས་ཀྱང་འབྲས་སུ་ཡིད་རྒྱུ་འོང་བ་འབྱུང་བས་འབྲས་སུ་རྒྱ་ལ་མི་.....  
 འབྲུལ་བས། ངན་པའི་ཞིང་ལ་འང་ཕན་པའི་བསམ་པས་བྱིན་པ་ནི་དགེ་བ་  
 ཡིན་པས་འབྲས་སུ་འབྱུང་ན་ཡིད་འོང་ཁོན་འབྱུང་ངོ་། ཞིང་གི་རྒྱན་གྱིས་  
 བྱི་ས་བོན་དེའི་འབྲས་སུ་རྒྱུང་བའམ་མེད་པར་འགྱུར་གྱི་འབྲུལ་བར་མི་.....  
 འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་གཞན་གཉིས་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སོ་སོའི་རང་





བཞིན། གཉིས་ཀའི་འབྲས་བུ། ཚངས་པའི་བསོད་ནམས་སོ། །དང་པོ་ནི།  
 སྤང་བྱའི་གཙུག་པོ་འཆལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་རང་བཞིན་གྱི་མི་དགེ་བའི་.....  
 གཟུགས་ཏེ་དེ་སྤང་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །སྤང་བ་དེ་ཡང་རིག་བྱེད་དང་  
 རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་སོ། །དེར་མ་ཟད་སངས་རྒྱས་  
 གྱིས་བཅད་པ་རྩ་མཉམ་པའི་ཟས་ཟ་བ་སོགས་སྤང་བའི་རིག་བྱེད་དང་.....  
 རིག་བྱེད་མིན་པ་ཡང་སྤང་སྤང་མཉམ་པའི་ཡན་ལག་རྩ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་སོ། །  
 ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་ནི་ཡོན་ཏན་བཞི་ལྟ་ནོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། འཆལ་  
 བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དངོས་གྱིས་འཕེན་མ་ལྟར་བ་དང་། དེ་རྩ་ཉོན་མོངས་  
 གྱིས་འཕེན་མ་ལྟར་བ་དང་། དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ལ་  
 བརྟེན་པ་དང་། ལྷུང་འདས་སུ་བསྐྱོད་པས་ཞི་བ་ལ་བརྟེན་པའོ། །མཉམ་  
 པར་བཞག་པའི་དགེ་བ་ཏིང་འེ་འཛིན་འཁོར་བཅས་ནི་སྦྱོར་པ་ཞེས་བྱ་གྱེ།  
 ཡོན་ཏན་རྣམས་སེམས་ལ་དེའི་བདག་ཉིད་རྩ་བའི་བསྐྱེད་པས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། སྦྱོར་པས་ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་འགྱུར་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་  
 སྦྱོར་པས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྦྱོར་པ་འང་མཐོང་མི་ཀྱི་དོན་རྩ་འགྱུར་མོད།  
 ཚུལ་ཁྲིམས་གཙུག་ཆེ་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་དང་འབྲལ་བའི་  
 དོན་རྩ་འགྱུར་མོད་བྲལ་བ་ལ་སྦྱོར་པ་གཙུག་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ལས་མཐོང་མི་དང་སྦྱོར་པ་ལས་ཆགས་བྲལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། མདོ་ལས། གང་ཟག་བཞི་ནི་ཚངས་པའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་དོ། །  
 ཞེས་པའི་ཚངས་པའི་བསོད་ནམས་གང་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་སྤྲེལ་བ་ནི། མཆོན་  
 རྣམ་པར་སྦྱོར་པའི་བསོད་ནམས་རེ་རེའི་ཚད་མཉམ་པ་ལ་འདོད་ལ། སྦྱོར་  
 གྱི་སྦྱོབ་དཔོན་ནི། སྤང་མ་བྱས་པའི་ས་སྦྱོགས་སུ་ཐུབ་པའི་སྦྱོབ་གདུང་གི་





མཆོད་རྟེན་བྱེད་པ་དང་། སྤྱགས་བཞིའི་དགེ་འདུན་ལ་ཀུན་དགའ་ར་བ་  
 འབུམ་ཞིང་དེར་གཙུག་ལག་ཁང་བཙུག་པ་དང་། སྤུང་པའི་ཉལ་ཐོས་བྱེ་  
 བ་བསྐྱམ་པ་དང་། བྱམས་པ་ཆོད་མེད་སྒྲིམ་པ་དང་བཞིས་བར་བསྐྱལ་  
 བཞི་བཅུའི་བར་དུ་སྦྱེ་བ་རྒྱུད་མར་མཐོ་རིས་སུ་དགའ་བར་གནས་པའི་.....  
 མྱིར་ཆངས་པ་འདུན་ན་འདོན་གྱི་བསོད་ནམས་དང་འདྲ་བས་ན་དེ་བཞིའི་  
 བསོད་ནམས་ལ་ཆངས་པའི་བསོད་ནམས་ཞེས་བཤད་དོ། །གསུམ་པ་ཆོས་  
 སྦྱིན་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ནི་ཀུན་སྤྱོད་ཉལ་ཐོས་ཅན་  
 མིན་པས་བསྐྱེད་བྱ་མདོ་ཐེ་སོགས་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཚུལ་.....  
 ཡང་དག་པར་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་སྦྱོར་པའོ། །ཡོག་པར་རམ། རྟེན་བཀྱར་  
 སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཆད་པ་ནི་རང་གི་བསོད་ནམས་ཉམས་བྱེད་དོ། །  
 གསུམ་པ་ཆ་མཐུན་དགེ་བ་གསུམ་བཤད་པ་ནི། བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་  
 རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། ཐར་པ་ཆ་མཐུན་ཆོས་གང་སྦྱོས་ནས་ངེས་  
 པར་ཐུང་འདས་འཐོབ་པ་སྟེ། དེ་ཡོད་པའི་རྟགས་སུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྦྱོར་  
 ཡོན་ཐོས་ན་དད་པས་སྤྱི་བྱེད་བྱེད་པ་སོགས་དང་། ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་  
 འོག་ཏུ་འཆད་པའི་དོད་སོགས་བཞི་སྟེ། དགེ་བ་རྣམས་པ་གསུམ་མོ། །མྱིའི་  
 གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བསྐྱེད་པས་མཐུག་བསྐྱེད་པ་ནི། རིགས་པས་ཏེ་  
 ཐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་རབ་དུ་བཅུག་པའི་ལྷན་རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ལས་.....  
 རྣམས་པ་གསུམ་ཀུན་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་ཡིག་འབྲུ་དང་རྒྱ་  
 དང་བགྲང་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲན་ངག་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྟོམ་  
 ཅིང་བགྲང་བའི་གྲངས་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །བསྐྱེད་བཅོས་ལས་ཡིག་འབྲུ་  
 འབྲི་ཞིང་རྒྱ་ཀོ་བར་བྱེད་པ་ནི་དེ་དག་ཏུ་བཞེད་དོ། །ཉལ་ཐོས་པས་





བཀའ་པས་སྒྲིབ་པ་དང་། འཕགས་པས་ཐོར་བས་ངན་པ་དང་། ཁ་ན་མ་  
 ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་ཞེས་པ་རྣམས། ཉེན་མོངས་ཅན་གྱི་ཆོས་གྱི་རྣམ་  
 གངས་སོ། །དྲི་མ་མེད་པའི་དགེ་བའི་རྣམ་གངས་ནི་དག་པ་རབ་གྱི་མཐར་  
 ཟུན་པས་གྲུ་ལོ་མ་པ་ཞེས་པ་འོ། །ངན་པ་དང་གྲུ་ལོ་མ་ལས་གཞན་ནི་བར་  
 མར་གྲུབ་པོ། །འདུས་བྱས་གྱི་དགེ་བ་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་ནས་བསྟེན་བྱ་སྟེ།  
 གཞན་ནི་བསྟེན་བྱ་མིན་ལོ། །ཆོས་གཞན་ཐམས་ཅད་གོང་མ་དང་བཅས་  
 པ་སྟེ་ཐར་པ་ཐུང་འདས་ནི་སློན་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །ཆོས་མངོན་པ་མངོད་གྱི་  
 འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས་ལས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་བཞི་.....  
 པའི་དོན་བཤད་པ་འོ། །

### གནས་ལྗང་པ་སྤྱུས་བསྟན་པ་བཤད་པ།

ལྗང་པ་སྤྱུས་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱུས་གྱི་རང་བཞིན། གང་གིས་  
 སྤྲོང་བ། སྤངས་པའི་འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྲོད་པའི་རྩ་བ་སྤ་  
 རྒྱས་སུ་བསྟན་པ། དེ་གཏན་ལ་དབབ་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་རྣ་  
 ཆོགས་ལས་ལས་བྱུང་ཞིང་ལས་ཀྱང་སྤ་རྒྱས་གྱི་དབང་གིས་གསོག་པས་སྤྲོད་  
 པའི་རྩ་བ་སྤ་རྒྱས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། དབྱེ་བ། སྤྱེ་ཚུལ། རྣམ་  
 གངས་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རོ་ཐོའི་དབྱེ་བ། རྣམ་པའི་དབྱེ་བ། སྤ་  
 རྒྱས་དང་བཅས་པའི་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྲོད་དབྱེ་བ་དང་།  
 ལྟ་བ་དང་ང་རྒྱལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྤ་རྒྱས་དེ་ཡང་དབྱེ་ན་  
 ཏུག་སྟེ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ལ་ཞེན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། དེ་ལ་ཀུན་  
 རས་མནར་སེམས་པའི་ཁོང་ཁྲོད་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་དང་།  
 ལོག་པར་ངེས་པར་རྟོག་པ་ལྟ་བ་དང་། ཅེ་གཉིས་སུ་འཇུག་པའི་ཐེ་ཆོམ་





རྒྱལ་མ་ཉེ། དེ་བཞིན་ཞེས་པ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་གཞན་ལྔ་པོ་དག་  
 དམིགས་པ་ལས་སུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ཕྱ་རྒྱས་  
 དེ་རྒྱག་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ལ་འདོད་པའི་དང་། སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་བདུན་རུ་མཛོད་ལས་བཤད་དོ། །དེ་ལ་ཁམས་གོང་མ་  
 གཉིས་ལས་སྐྱེས་པའི་འདོད་ཆགས་ནི་སྲིད་པའི་འདོད་ཆགས་སོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་དེ་སྐད་བཤད་ཅེན། དེ་དག་པལ་ཆེར་སྟོམས་འཇུག་ལ་ཆགས་ཤིང་  
 ཁ་ནང་རུ་བལྟས་པའི་ཕྱིར་རམ། ཁ་ཅིག་ཁམས་གོང་མ་དེ་ཐར་པ་ཡིན་  
 སྟམ་པའི་འདུ་ཤེས་འབྱུང་སྲིད་པས་དེ་རྒྱག་པའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བཤད་་་་  
 དོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་སྟོམས་འཇུག་གི་ཉེན་ལུས་དང་བཅས་པ་ལ་རྩ་མུང་བ་  
 ན་སྲིད་པ་ལུས་ཁོན་རྩ་མུང་བས་དེ་སྐད་བཤད་ཅེས་སོ། །ཡང་ཕྱ་རྒྱས་རྒྱག་  
 ལས་བཅུར་དབྱེ་སྟེ། ལྟ་བུ་མིན་པའི་ཕྱ་རྒྱས་ལྟ་དང་ལྟ་བུ་ལྟེ་འཇིག་  
 ཆོགས་ལ་ལྟ་བུ་དང་། མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བུ་དང་། ལོག་པར་ལྟ་བུ་དང་།  
 ལྟ་བུ་མཆོག་འཛིན་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
 པའོ། །ལོག་ལྟ་སྟོན་རུ་བཤད་པ་ནི་ཆོགས་བཅད་ལྟེབ་པའི་ངོར་རོ། །བཅུ་  
 པོ་དེ་རྒྱལ་མ་སྐྱུག་བསྐལ་ལ་བཅུ་དང་། ཀུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་ལ་ལྟ་  
 བ་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་དང་། ལྟ་བུ་མ་གཏོགས་པ་བདུན་བདུན་དང་།  
 ལམ་ལ་ལྟ་བུ་དང་པོ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་བརྒྱད་དེ། སོ་གཉིས་ནི་འདོད་  
 ཁམས་ན་ཡོད་དོ། །དེ་ཡང་སྐྱུག་བསྐལ་སོགས་བདེན་བཞི་མངོན་སུམ་རུ་  
 མཐོང་བ་ཅུ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་སྟོང་བར་བྱེད་དོ། །འདོད་ཆགས་ཁོང་  
 ཁྱོད་རྒྱལ་མ་རིག་པ་སྟེ་བཞིའི་རིགས་འགའ་ནི་བདེན་པ་མཐོང་བེན་པའི་་་་  
 དོན་སྟོམ་པས་སྤང་བྱ་ཡིན་པས་འདོད་པ་ན་མཐོང་སྟོམ་གྱི་སྤང་བྱའི་ཕ་་་་







རྒྱུ་སོ་རྒྱུ་གོ། །ཁོང་ཁྱོད་ལྷ་མ་གཏོགས་པ་གཟུགས་ཁམས་ན་དེ་དག་ཉིད་  
 ལས་དགུ་དང་རྒྱུ་དང་བརྟན་གསུམ་ནི་སྒྲིམ་པས་སྤང་བྱ་ཡིན་པས་སུམ་...  
 རྒྱུ་སོ་གཅིག་གོ། །གཟུགས་མེད་ནའང་གཟུགས་ཁམས་དེ་དང་འབྲ་བར་  
 སུམ་རྒྱུ་སོ་གཅིག་གོ། །དེ་ལྟར་ཁམས་གསུམ་བསྐྱེམས་པས་ཆོས་མངོན་པ་  
 ལས་ཕྱ་རྒྱུ་དགུ་བརྟུ་ཅ་བརྟུ་དང་བཤད་པར་འདོད་དོ། །མངོན་པ་གོང་  
 མར་ནི། ལྷ་བ་ལ་ཕྱི་བསྐྱེན་མ་བྱས་པར་ཁམས་གསུམ་ན་མཛོང་སྤང་བརྟུ་  
 ཅ་བརྟུ་གཉིས་དང་། སྒྲིམ་སྤང་འཇིག་མཐར་ལྷན་སྐྱེས་གཉིས་དང་བཅས་  
 ཉི་བརྟུ་རྒྱུ་རྟུ་བཤད་དོ། །བསྐྱེད་པ་ལས་མཛོང་སྤང་གོ་བཞིར་བཤད་པ་ནི་  
 རག་པའི་རྣམ་བཞག་ཅམ་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་དོན་ལ་ཀུན་ལས་བརྟུས་བཞིན་  
 བཞེད་དོ། །ཅི་མཛོང་སྤང་བྱ་བཤད་པ་དེ་རྣམས་བདེན་པ་མཛོང་ཅམ་  
 གྱིས་སྤྱང་བར་ངེས་སམ་ཞེན་མ་ངེས་ཏེ། སྤྱིང་ཅེ་ལས་སྐྱེས་པ་རྗེས་བཟོད་  
 གྱི་གཞོམ་བྱ་ནི་མཛོང་བས་སྤང་བྱ་ཉིད་རྟུ་ངེས་སོ། །ས་ལྷག་མ་བརྟུད་ལས་  
 སྐྱེས་པ་བཟོད་པས་གཞོམ་བྱ་རྣམས་ནི་མཛོང་ལམ་དང་སྒྲིམ་ལམ་གཉིས་...  
 གྱིས་ཅི་རིགས་པར་སྤྱང་སྟེ། འཕགས་པས་མཛོང་ལམ་དང་། བྱིས་པས་  
 གོང་སའི་ཉེར་བསྐྱེགས་གྱི་སྒྲིམ་ལམ་གྱིས་འོག་སའི་སྤང་བྱ་རིགས་ལྷ་ཆར་...  
 ཆེ་འབྱིང་སོགས་དགུར་བྱས་ཏེ་དྲིལ་ནས་སྤྱང་དོ། །ས་ཐམས་ཅད་ན་  
 བཟོད་པས་གཞོམ་བྱ་མིན་པའི་སྒྲིམ་སྤང་རྣམས་ནི་སྒྲིམ་ལམ་ཁོ་ན་སྤྱང་...  
 བར་ངེས་ལ། དེ་ཡང་སྤྱིང་ཅེ་འི་གཉེན་པོ་ཟག་མེད་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། གཞན་  
 གྱི་ནི་སྐྱེ་འཕགས་གཉིས་ཀའི་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་གང་རུང་དོ། །  
 གོང་མ་བ་ནི་སྒྲིམ་ལམ་གྱིས་མཛོང་སྤང་སྤྱང་མི་སྤྱིང་པར་བཞེད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལྷ་བའི་དབྱེ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་གྱི་དབྱེ་བའོ། །དང་





པོ་ནི། སྤར་མིང་ཙམ་བསྟན་པའི་ལྷ་བ་ལྔའི་ངོ་བོ་ཅི་ཞེ་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་  
 ལུང་པོ་ལ་བདག་དང་བདག་གིར་ལྷ་བ་དང་། བདག་ཏུ་འདོད་པའི་  
 དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ་རྟག་པའམ། ཆད་པའི་མཐར་ལྷ་བ་དང་། བདེན་པ་  
 བཞི་ལ་མེད་ཅེས་སྒྱུར་བ་འདེབས་པའི་ལྷ་བ་དང་། ལྷ་བ་སོགས་དམན་  
 པའི་ཟག་བཅས་ལ་མཆོག་ཏུ་ལྷ་བ་དང་། དབང་ལྷག་སོགས་འཛིན་ཅེན་  
 གྱི་རྒྱ་མིན་པ་དང་། མེད་དང་རྒྱུ་འབྱུག་པ་སོགས་མཐོ་རིས་ཀྱི་རྒྱ་མིན་པར་  
 དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་བྱུགས་ཙམ་སོགས་ཐར་པའི་ལམ་མིན་པ་ལ་  
 རྒྱ་དང་ལམ་དེར་ལྷ་བ་སྟེ། མཆོག་འཛིན་གཉིས་ནི་བར་གྱི་སོགས་སྐྱ་ཕྱིས་  
 པའོ། ཞེས་འགྲེལ་པར་བཤད་པ་དང་། ལྷ་བ་ལ་སོགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
 པ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་བྱུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཞེས་གསུངས་  
 སོ། དེ་ལྷ་པོ་དག་ནི་རིམ་པས་ལྷ་བ་ལྔ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་མིན་ལ་རྒྱུར་ལྷ་  
 བ་བརྟུལ་བྱུགས་མཆོག་འཛིན་ཡིན་ན། ཇི་ལྟར་དེ་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་སྤང་  
 མིན་ཞེ་ན། དབང་ལྷག་སོགས་རྒྱ་མིན་པ་ལ་རྒྱུར་མཐོང་པར་ཞེན་པ་དེ་ནི་  
 རྟག་པ་དང་བདག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིས་རབ་ཏུ་འབྱུག་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་.....  
 ལྷག་བསྐལ་མཐོང་སྤང་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ལྷག་བསྐལ་མཐོང་བ་ན་མི་རྟག་པ་  
 དང་བདག་མེད་ཏུ་ཤེས་པས་རྟག་པ་དང་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལོག་པས་.....  
 རྒྱུར་འཛིན་པ་ཡང་ལྷོག་པས་སོ། །ལྷ་བ་དང་པོ་གཉིས་བདེན་པ་ཕྱི་མ་  
 གསུམ་ལ་མི་འབྱུག་པ་ཡང་དེས་གྲུབ་སྟེ། འཛིན་ལྷ་ནི་བདག་ཏུ་ལྷ་ཞིང་  
 མཐར་ལྷ་འང་དེ་བསྐྱངས་པ་དང་རྟག་པར་འཛིན་པ་སོགས་ཀྱི་ལྷག་བསྐལ་  
 མཐོང་སྤང་ལོག་པ་ན་དེ་དག་ཀྱང་ལོག་ཟིན་པས་སོ། །ཅི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 གཉིས་སྤྱུ་ཟད་དམ་ཞེ་ན། མ་ཟད་དེ། ལྷ་བ་གསུམ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་





ཚན་རྣམ་པར་བཞག་པས་སོ། །དེ་ཡང་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྟ་བའི་ཚུགས་  
 གཅིག་རྟག་ལྟ་ལས་རྟག་པར་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་དང་། ལྟ་བ་མཆོག་འཛིན་ལས་  
 བདེ་བ་དང་གཙང་བར་འཛིན་བ་དང་། འཇིག་ལྟ་ལས་བདག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་  
 ལྟ་བཞག་གོ། །འོ་ན་ཉོན་མོངས་པ་འདི་གསུམ་ཁོ་ན་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ཏུ་  
 བཞག་པ་ཅི་ཞེ་ན། རྒྱ་གསུམ་གྱིས་དེ་དམིགས་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། དེས་པར་རྟོག་པའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲོ་འདྲགས་པའི་ཕྱིར།  
 ཉོན་མོངས་པ་གཞན་ལ་རྒྱ་གསུམ་པོ་མ་ཚང་བས། དེར་མ་བཞག་གོ། །འོ་  
 བ་མདོ་ལས། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་དང་། ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་དང་། འདྲ་  
 ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ཅེས་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། སེམས་དང་འདྲ་ཤེས་གཉིས་  
 གི་ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྟ་བའི་དབང་གིས་དེར་བཞག་...  
 གོ། །ཚེར་བ་སོགས་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ཏུ་མ་གྲགས་པས་མ་  
 བཞག་ཅེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ང་རྒྱལ་ལ་ཡང་དབྱེ་ན་བདུན་ཉེ། བེངས་  
 པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་དང་།  
 མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ངོ་མཉམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ཅུང་ཟད་མཉམ་  
 པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལྟ་བའི་ང་རྒྱལ་ལོ། །འོ་ན་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ལས།  
 བདག་གཞན་དང་འདྲོ། །བདག་མཆོག་གོ་བདག་དམན་ནོ་སྟེ་པ་  
 གསུམ་དང་། བདག་དང་མཉམ་པ་ཡོད་དོ། །བདག་པས་དམན་པ་ཡོད་དོ།  
 བདག་ལས་མཆོག་ཡོད་དོ་སྟེ་པ་གསུམ་དང་། བདག་ལས་མཆོག་མེད་དོ།  
 བདག་དང་མཉམ་པ་མེད་དོ། །བདག་པས་དམན་པ་མེད་དོ་སྟེ་པ་  
 གསུམ་སྟེ་དགུ་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། ང་རྒྱལ་རྣམ་པ་དགུ་བཤད་པ་དེ་ནི། ཟླ་  
 ཚེ་རེ་རེ་བཞིན་རིམ་པས་ང་རྒྱལ་དང་ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་དང་ཅུང་ཟད་...





མཉམ་པའི་ང་རྒྱལ་དང་གསུམ་པོ་དག་ལས་འབྱུང་བས་འདིར་བཤད་པའི་  
 བརྟན་ཏུ་འབྱས་སོ། །ང་རྒྱལ་བརྟན་པོ་གང་གིས་སྤྲོད་ཞེ་ན། མཐོང་ལམ་  
 དང་སྒྲོམ་ལམ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་བར་བྱ་བའོ། །ཅི་འཕགས་པ་རྣམས་སྒྲོམ་  
 སྤང་སྤར་མ་སྤངས་པ་དེ་ཀུན་ཏུ་སྤྲོད་དམ་ཞེ་ན། དེས་པ་མེད་དེ། འོག་གི་  
 འཕགས་པ་ལ་ཞེས་པ་ཡར་བསྐྱངས་ཏེ། གསོད་པ་དང་སོགས་པ་རྩུན་གྱི་  
 བར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་ནས་དཀྱིས་པ་རྣམས་ནི་སྒྲོམ་པས་སྤང་  
 བྱ་ཁོན་ཡིན་ཡང་། དེ་རྣམས་སྤང་འཕགས་པ་ལ་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་རྣམས་  
 འོག་ལྷན་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ལས་དེ་སྤངས་པས་སོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་སྤྲོད་སྤྲོད་  
 བདག་ས་བསྐྱངས་གྱི་བྱར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྒྲོམ་པ་སོགས་དང་།  
 འཇིག་སྤོད་བདག་མེད་པར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྒྲོམ་པ་སོགས་སྒྲོམ་སྤང་  
 ཡིན་ལ་དེ་དག་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་དག་རྟག་ཆད་གྱི་མཐར་ལྷ་བས་རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་བ་ལས་དེ་སྤངས་པས་སོ། །ང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ་དགུ་དང་ངོ་སྒྲོམ་  
 པའི་ང་རྒྱལ་སྒྲོམ་སྤང་གིས་བསྐྱུས་པའང་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་རྣམས་འཇིག་  
 ལྷན་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཞིང་འཇིག་ལྷ་ཡང་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྣམས་  
 ལུ་མ་བྱེད་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་མི་དགེ་བའི་འགྲོད་པ་སྒྲོམ་སྤང་གིས་  
 བསྐྱུས་པའང་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྲོམ་སྤང་མ་  
 སྤངས་ཀྱང་མངོན་གྱུར་མི་འབྱུང་བར་སྟོན་པའོ། །གཞུང་གཞན་ལས་ནི་  
 འཇིག་ལྷ་དང་མཐར་ལྷ་ལྷན་སྤྲོས་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ངོ་སྒྲོམ་པའི་ང་རྒྱལ་  
 ལ་སོགས་མངོན་གྱུར་འབྱུང་བར་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་རྣམ་པའི་དབྱེ་བ་  
 ལ་ལྷ་སྟེ། ཀུན་འགོ་ཡིན་མིན་གྱི་དབྱེ་བ། ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ་དང་མ་  
 དམིགས་པའི་བྱེ་བ། དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱས་འགྱུར། མི་



དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་དབྱེ་བ། རྩལ་གསུམ་ལ་སྤྱུ་རྩལ་གང་ལྟར་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱུ་རྩལ་གོ་བརྒྱད་ལས་ཀྱན་འགོ་དང་ཀྱན་འགོ་མ་ཡིན་  
 པ་རུ་ཞེ་ན། སྤྱུ་རྩལ་བསྟན་མཐོང་སྤང་དང་རྩལ་ཀྱན་འབྱུང་མཐོང་བས་སྤང་  
 པར་བྱ་བའི་ལྟ་བ་བརྒྱན་པོ་དང་། དེ་བཞིན་རྩལ་བྱ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་  
 གཉིས་པོ་དང་། ལྟ་བ་དང་སྤྱོད་ཆོས་དང་ལྟར་ཅིག་པ་དང་། མ་འདྲེས་པའི་  
 མ་རིག་པ་གཉིས་གཅིག་རྩལ་བྱས་པའི་བརྒྱུ་གཅིག་ནི་རང་སའི་སྤང་བྱ་.....  
 རིགས་ལྟ་ཆར་ལ་ཅིག་ཆར་དམིགས་པས་སྒྲལ་པ་མཉམ་པའི་ཀྱན་རྩལ་འགོ་...  
 བ་སྟེ། ལྟ་མ་རྣམས་ནི་ཀྱན་འགོ་མིན་པའོ། །བརྒྱུ་གཅིག་པོ་དེ་དག་ལས་  
 དགུ་ནི་ཁམས་དང་ས་གོང་མ་དག་རྩལ་དམིགས་པས་སྒྲལ་པ་མི་མཉམ་...  
 པའི་ཀྱན་འགོ་འང་ཡིན་ཏེ། དགུ་གང་ཞེ་ན་ལྟ་བ་དང་པོ་གཉིས་མ་  
 གཏོགས་པའི་ལྟ་མ་རྣམས་སོ། །མངོན་པ་གོང་མ་བ་ནི། གོང་སའི་ཟག་  
 བཅས་ཉག་ཆད་རུ་ལྟ་བའང་མཐར་འཛིན་ལྟ་བར་བཞེད་པ་ཡོད་དོ། །ཅི་  
 སྤྱུ་རྩལ་ཁོ་ན་ཀྱན་འགོ་མིན་ནམ་ཞེ་ན་མིན་ཏེ། སྤྱུ་རྩལ་ཀྱན་འགོ་དེ་དག་  
 དང་ལྟར་ཅིག་འབྱུང་བའི་ཆོས་གང་མཆོངས་ལྟར་ཡིན་མིན་དེའང་ཀྱན་.....  
 འགོ་འོ། །འོན་ཀྱང་ཐོབ་པ་ནི་མ་གཏོགས་ཏེ། ཆོས་དང་རྩལ་ཐ་དང་པས་  
 རྩལ་བྱ་དང་རྩལ་མཐུན་སྟགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ལྟར་ཅིག་  
 འབྱུང་བའི་རྩལ་མིན་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། སྤྱུ་རྩལ་དགུ་བརྒྱུ་གོ་བརྒྱད་  
 ལས་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ་རུ་ཞེ་ན། འགོག་པ་དང་  
 ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ལོག་ལྟར་གཉིས་དང་སྤྱོད་ཆོས་གཉིས་དང་དེ་...  
 དག་ཉིད་དང་མཆོངས་ལྟར་དང་འབའ་ཞིག་པས་ཏེ་མ་འདྲེས་པའི་མ་རིག་  
 པ་དག་གཅིག་རྩལ་བྱས་པའི་རིགས་གཉིས་ཏེ། དུག་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་རྩྭ་ད་



ཡུལ་ཅན་ཏེ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཟག་བཅས་ལ་དམིགས་པ་ཁོ་ནའོ། །གོང་  
མ་བ་ནི་འགོག་པའི་ལམ་མཉམ་ཇེས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིག་བྱ་ཡིན་པས་ཉོན་.....  
མོངས་པས་བརྟགས་ན་དམིགས་པར་བྱ་དངོས་སུ་མི་དམིགས་པར་.....  
བཞེད་དོ། །འགོག་པ་ལ་དམིགས་པ་ལོག་ལྟ་སོགས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ནི་  
འདྲ་དཔེ་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱ་རྒྱས་ཀྱི་ཡུལ་འདྲ་དཔེ་གཉེན་.....  
པོར་གྱུར་པའི་འགོག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་སོགས་ས་དགུ་པོ་རང་རང་གི་ས་པའི་  
འགོག་པ་དང་། །ཁོ་ན་ལ་དམིགས་པ་དང་ལམ་ལ་ནི་བསམ་གཏན་ས་རྒྱག་  
གི་ཆོས་ཤེས་སྤྱགས་མཐུན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ནི་འདྲ་དཔེ་ལོག་ལྟ་སོགས་  
ལམ་གྱི་སྤྱད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དང་ཟག་མེད་ས་དགུའི་ཇེས་ཤེས་ཀྱི་སྤྱགས་...  
མཐུན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ནི་གོང་ས་བརྒྱད་ཀྱི་ལོག་ལྟ་སོགས་ལམ་དེའི་.....  
སྤྱད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། ལམ་ནི་ས་ཐ་དད་པ་འདྲ་། བན་ཚུན་སྐལ་  
མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་སོ། །ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་ང་རྒྱལ་དང་། མཆོག་  
འཛིན་གཉིས་རྣམས་ཅིའི་ཕྱིར་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པར་མི་འདྲ་ཅེན།  
འདྲ་དཔེ་ཆགས་ནི་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ་མིན་ཏེ། ཟག་མེད་འདྲ་དཔེ་སྤང་  
བྱ་མིན་ལ། འདྲ་དཔེ་ཆགས་ནི་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཞེ་སྤང་ནི་འགོག་ལམ་  
ལ་དམིགས་པ་མིན་དེ། །ཞེ་སྤང་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་ཡུལ་ལས་སྐྱེས་ལ།  
འགོག་ལམ་གྱིས་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ང་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལ་  
དམིགས་པ་མིན་ཏེ། ང་རྒྱལ་ནི་ཁེངས་པ་ཡིན་ལ། འགོག་ལམ་ནི་ཞི་བ་  
ཡིན་པས་དེས་ཁེངས་པར་མི་འོས་པས་སོ། །བརྟུལ་ཁྱགས་མཆོག་འཛིན་  
ཡང་དེ་ལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དག་པ་མིན་པ་ལ་དེར་འཛིན་ལ་  
འགོག་ལམ་ནི་དག་པ་ཡིན་པས་སོ། །ལྷ་བ་མཆོག་འཛིན་ནི་དེ་ལ་དམིགས་





པ་མིན་ཏེ། དེ་དམན་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། འགོག་ལམ་ནི་  
 མཆོག་ཏུ་ཐུར་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན། ལོག་ལྟ་སོགས་དངོས་སུ་ལོག་ཞུགས་  
 དང་། ཆགས་སོགས་བརྒྱད་པས་ལོག་ཞུགས་ཏེ། བདེན་བཞི་ལ་སྤ་རྒྱས་  
 རྣམས་དངོས་དང་བརྒྱད་པས་ལོག་པར་ཞུགས་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱ་ཤེས་པར་……  
 བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། སྤ་རྒྱས་གོ་བརྒྱད་ལས་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 གྱིས་རྒྱས་པ་དུ་ཞེ་ན། སྤ་རྒྱས་ཀྱན་ཏུ་འགོ་བ་རྣམས་ནི་དམིགས་པའི་སྒྲོ་  
 རས་རང་གི་སའི་སྤང་བྱ་རིགས་ལྟ་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཀྱན་འགོ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་དམིགས་པའི་སྒྲོ་རས་རང་གི་རིས་ཁོ་ན་ལས་……  
 རྒྱས་ཏེ། རྒྱག་བསྐལ་མཐོང་སྤང་ནི་རྒྱག་བསྐལ་མཐོང་སྤང་གི་རིས་ཁོ་ན་  
 ལས་རྒྱས་པ་སོགས་སོ། །ཀྱན་འགོ་མིན་པ་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་དང་ཀྱན་  
 འགོ་ས་གོང་མའི་ཡུལ་ཅན་ནི་དམིགས་པའི་སྒྲོ་རས་རྒྱས་འགྱུར་མིན་ཏེ།  
 གང་བདག་ལྟ་དང་མེད་པས་བདག་གིར་བྱས་པས་དེ་ལས་རྒྱས་པ་ལས་དེ་……  
 དག་གིས་དེ་བདག་གིར་མ་བྱས་པ་དང་། ཟག་མེད་ནི་དེ་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྤ་རྒྱས་ཀྱི་གཞིན་པོ་དང་། ས་གོང་མའང་འོག་མའི་གཞིན་པོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྤ་རྒྱས་གང་ཞིག་ཆོས་གང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་མ་སྤངས་  
 པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྒྲོ་རས་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་  
 ན་ཟག་མེད་དང་ས་གོང་མའི་ཡུལ་ཅན་རྣམས་མཚུངས་ལྡན་ཁོ་ནས་རྒྱས་……  
 ལ་ལྟག་མ་རྣམས་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གཉིས་ཀས་རྒྱས་པར་……  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་དངོས་དང་། དེ་ལས་  
 འསྐྱེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤ་རྒྱས་གོ་བརྒྱད་ལས་མི་དགེ་བ་དང་སྤྱིབ་པ་ལ་  
 ལུང་མ་བསྟན་དུ་ཞེ་ན། །ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྤ་རྒྱས་ཐམས་ཅད་པ་





རོལ་ལ་གནོད་པའི་རྒྱ་མེད་པས་སྤྱག་བསྐལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལྷང་མ་བསྟན་པ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ལ། འདྲོད་ཁམས་ན་འཇིག་ཚྭས་ལ་ལྟ་བ་དང་མཐར་འཇིག་  
 གྱི་ལྟ་བ་དང་། དེ་གཉིས་དང་ལྟན་ཅིག་པའི་མ་རིག་པ་དག་སྤྱིན་སྟགས་  
 དང་མི་འགལ་བས་ལྷང་མ་བསྟན་ཏོ། །སྤྱ་རྒྱས་ལྟག་མ་རྣམས་ནི་འདྲོད་  
 ཁམས་འདྲིར་མི་དགེ་བ་ཡིན་ནོ། །གོང་མ་བ་ནི། ཁམས་གོང་གི་ཉོན་  
 མོངས་ཐམས་ཅད་ཉིང་རེ་འཇིག་གྱིས་རྩེ་བཅུལ་བ་དང་། དཀར་པོའི་ཆོས་  
 མང་པོས་ཟེན་པས་ཉེ་བར་ནི་བའི་ལྷང་མ་བསྟན་ཞེས་བཞེད་དོ། །མི་དགེ་  
 བའི་རྩ་བ་དང་རྩ་བ་མ་ཡིན་པ་རུ་ཞེན། འདྲོད་ཁམས་ན་འདྲོད་ཆགས་  
 དང་ཁོང་སྟོ་ཐམས་ཅད་དང་། ལྟ་བ་དང་པོ་གཉིས་དང་ལྟན་ཅིག་པ་མིན་  
 པའི་ཚྭངས་པ་རྣམས་མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། སྤྱ་རྒྱས་ལྟག་མ་རྣམས་ནི་  
 མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་མིན་ནོ། །ལྷང་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་དང་རྩ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 རུ་ཞེན། ཁ་ཆེ་བ་ནི་ལྷང་རུ་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་གསུམ་སྟེ། གོང་མ་གཉིས་  
 གྱི་སྤྲེད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཁམས་གསུམ་ཀའི་མ་རིག་པ་སྤྱིབ་པ་རྣམས་  
 དང་། སྟོ་སྟེ་ཤེས་རབ་ལྷང་མ་བསྟན་ཐམས་ཅད་རྩ་བ་ལོ། །དེ་རྣམས་ལས་  
 གཞན་ནི་རྩ་བར་འོས་པ་མིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འཇུག་པས་  
 མི་བརྟན་ལ། ང་རྒྱལ་ནི་ཁེངས་པས་མཐོན་པོར་འཇུག་པའི་ཕྱིར། རྩ་བ་  
 དང་ཆོས་མི་མཐུན་པ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་ན་རྩ་བ་ནི་བརྟན་པ་དང་འོག་ན་  
 གནས་པར་མཐོང་ངོ་། །ལྷང་མ་བསྟན་པའི་རྩ་བ་བཞི་འོ་ཞེས་ཉི་འོག་པ་  
 འདྲོད་དེ། ལྷང་རུ་མ་བསྟན་པའི་སྤྲེད་པ་དང་ལྟ་བ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་  
 ཆོངས་པ་དེ་དག་ནི་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་རྩ་བ་ལོ། །ཅི་དེ་རྣམས་ཁོ་ན་ལྷང་མ་  
 བསྟན་གྱི་རྩ་བར་བཤད་ཅེན། སྤྲེད་པ་དང་ལྟ་བ་དང་ང་རྒྱལ་ཤས་ཆེ་བའི་







བསམ་གཏན་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། དེ་གསུམ་ཡང་མ་རིག་པ་ལས་འབྱུང་བས་  
སྟ། །གཉིས་པ་ནི། ཅི་མདོ་ལས། ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་དངོས་པོ་བརྟུ་བཞི་  
གསུངས་པ་དེ་ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་མིན་ཏེ། དེ་ནི་དྲི་བའི་ལན་  
ལྷང་རྟུ་མ་བསྟན་པའི་ལྷང་མ་བསྟན་རྟུ་བཤད་པའོ། །དྲི་བ་ནི་བཞི་སྟེ།  
མགོ་གཅིག་རྟུ་ལྷང་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་པར་སྟེ་སྟེ་དང་། དྲིས་ཏེ་དང་།  
བཞག་པར་ལྷང་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆིའམ་  
ཞེས་འདྲི་ན་འཆི་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །གཉིས་པ་ནི་ཤི་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱེའམ་  
ཞེས་འདྲི་ན། ཉོན་མོངས་མ་ཟད་ན་སྐྱེ་ཞིང་ཟད་ན་མི་སྐྱེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། །གསུམ་པ་ནི་མི་འདི་ཁྱད་པར་རྟུ་འཕགས་པ་འམ་དམན་པ་ཡིན་  
ཞེས་འདྲི་ན་གང་ལ་ལྟས་ཏེ་དེ་སྐད་འདྲི་ཞེས་དྲིས་ནས། ལྟ་ལ་ལྟས་ན་  
དམན་ལ། ངན་འགྲོ་ལ་ལྟས་ན་ཁྱད་པར་འཕགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །  
བཞི་པ་ནི། བདག་ལྷང་པོ་ལས་གཞན་ཡིན་ནམ་མིན་ཞེས་འདྲི་ན། ཁྱད་  
གཞི་མེད་པའི་ཁྱད་ཆས་འདྲི་བ་ཡིན་པས་གཞག་བྱ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལྷང་  
མ་བསྟན་བརྟུ་བཞི་ཡང་འདི་དང་འདྲའོ། །ལྷ་པ་རྟུས་གསུམ་ལ་སྤྱ་རྒྱས་  
གང་ལྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། དངོས་པོ་གང་དང་ལྟན་པ། རྟུས་གསུམ་དབྱེད་པ།  
སྤངས་ཀྱང་ལྟན་པ། ཆོས་གང་སེམས་གང་གི་ཡུལ་ཡིན་པའོ། །དང་པོ་ནི་  
གང་ཟག་གང་གིས་སྤྱ་རྒྱས་གང་ཞིག་དམིགས་པ། གང་ལ་རྒྱས་པར་འགྱུར་  
བའི་གང་ཟག་དེ་ནི་སྤྱ་རྒྱས་དེས་དམིགས་པ་དེ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ལ།  
འདོད་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་རྒྱལ་གསུམ་ནི་ཡུལ་སྤྱག་མི་སྤྱག་གང་རུང་རེ་  
ལ་དམིགས་པས་ཉོན་མོངས་པ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་པ་དང་། ལྟ་བ་ཐེ་ཆོས་  
མ་རིག་པ་གསུམ་ནི་སྤྱག་མི་སྤྱག་སོགས་ཀྱང་ལ་དམིགས་པས་ཉོན་མོངས་་་་





བ་སྦྱི་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་འདས་པ་དང་ཉེར་གནས་ད་ལྟར་བའི་འདྲ་  
 ཆགས་ཁོང་ཁྱོད་རྒྱལ་དག་གིས་ནི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་གང་ལ་དེ་གསུམ་སྦྱིས་  
 ལ་མ་སྤངས་པའི་ཆགས་སོགས་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་དེ་ལ་.....  
 གང་ཟག་དེ་ལྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐག་པས་སྤང་སྤར་པ་ལ་བརྟགས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །ཡིད་ཀྱི་ས་པའི་ཆགས་སོགས་གསུམ་པོ་དེ་དག་མ་འོངས་པ་  
 མ་སྤངས་པས་ཡུལ་དུས་གསུམ་ཀུན་དང་ལྟན་པར་བྱེད་དེ། ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་  
 ནི་དུས་གསུམ་ཡིན་པས་སོ། །གཞན་སྒོ་ལྟའི་འདྲ་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་  
 འགྱུར་གྱི་རང་དང་དུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་ཁོ་ན་ལྟན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་  
 དག་མི་སྦྱི་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུས་གསུམ་ཐམས་ཅད་དང་ལྟན་.....  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་དག་གི་དམིགས་པ་ནི་འཕྲོ་བས་ཁ་ཅིག་དམིགས་པ་ནི་  
 འདས་པའོ། །ཁ་ཅིག་ད་ལྟར་རོ། །ཁ་ཅིག་གི་མ་འོངས་པའོ། །ལྟ་བ་ཐེ་ཆོམ་  
 མ་རིག་པ་ནི་དུས་གསུམ་པ་ཀུན་གྱིས་མ་སྤངས་བར་དུ། དུས་གསུམ་པའི་  
 ཡུལ་ཀུན་དང་ལྟན་པར་བྱེད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་སྦྱི་པ་ཡིན་པས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་འདས་མ་འོངས་ཇེས་སྟེ་ཡོད་ན་འདུས་བྱས་རྟག་  
 པར་འགྱུར་ལ་མེད་ན་ངེ་ལྟར་དེ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དུས་རྣམས་ཀུན་  
 ཏུ་ཇེས་སྟེ་ཡོད་ལ་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པས་སྦྱོན་གཉིས་ཀ་  
 མེད་དོ། །ཡོད་པའི་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ནི། གང་གི་ཕྱིར་འདས་པའི་གཟུགས་  
 ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་དང་། གང་གི་ཕྱིར་མ་འོངས་པའི་གཟུགས་  
 ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་སྦྱིས་པར་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱོར་ཞེས་གསུངས་ཏེ། །གཉིས་ནི་  
 མིག་དང་གཟུགས་ནས་ཡིད་དང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བར་ཡིན་པས་དུས་གསུམ་



མེད་ན་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་ཤེས་གཉིས་ལ་བརྟེན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 རིགས་པ་ནི། ཡུལ་ཡོད་ན་ཤེས་པ་སྐྱེ་ལ་མེད་ན་མི་སྐྱེ་ཞིང་རྒྱས་གཉིས་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། འདས་པའི་ལས་ཀྱི་ཕྱི་མར་རྣམ་  
 སྐྱེན་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པའི་ཕྱིར་འདས་པ་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་རྒྱས་གསུམ་  
 སོ་དེ་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་སྤྲོ་བའི་ཕྱིར་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲོ་བར་.....  
 འདོད་ཀྱི། ད་ལྟར་བ་དང་འབྲས་བུ་སྐྱེད་མ་ཟིན་པའི་འདས་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། མ་འོངས་པ་དང་འབྲས་བུ་སྐྱེད་ཟིན་པའི་འདས་པ་མེད་ཅེས་  
 བྱེ་སྤྱོད་སྤྲོ་བ་ནི་རྣམ་པར་བྱེ་སྤྱོད་སྤྲོ་བའོ། །ཐམས་ཅད་ཡོད་སྤྲོ་དེ་རྣམ་པ་བཞི་  
 གྱི། བཅུན་པ་ཆོས་སྐྱབ་ཆོས་རྒྱས་གསུམ་རུ་འཇུག་པ་ན། དངོས་སོ་མ་  
 འོངས་པ་དོར་ནས་ད་ལྟར་དང་། དེ་དོར་ནས་འདས་པ་ཐོབ་པས་དངོས་  
 སོ་གཞན་རུ་འགྱུར་གྱི་རྣམས་གཞན་རུ་མི་འགྱུར་ཏེ། འོ་མ་ཞོ་དང་དེ་མར་རུ་  
 འགྱུར་བ་ན་རོ་རྒྱས་སོགས་འགྱུར་གྱི་ཁ་དོག་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ཞེས་སྤྱོད།  
 འདིས་དངོས་སོ་དང་རྣམ་མི་གཅིག་པར་འདོད་དོ། །བཅུན་པ་དབྱངས་  
 སྒྲིག་རྒྱས་རེ་རེའང་རྒྱས་གསུམ་ཆར་གྱི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་ཡང་། མ་  
 འོངས་པ་སོགས་གང་གི་མཆོན་ཉིད་ཤས་ཆེ་བ་དེ་མ་འོངས་པ་སོགས་སུ་.....  
 འཛོག་པས་མཆོན་ཉིད་བཞིན་རུ་འགྱུར་གྱི་རྣམས་གཞན་རུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 སྐྱེས་པ་ཞིག་བྱུང་མེད་གཞན་ལ་འང་ཆགས་པ་མེད་པ་མིན་ཡང་གཅིག་ལ་.....  
 ལྟག་པར་ཆགས་ན་དེ་ལ་ཆགས་པར་བཟོད་པ་བཞིན་ཞེས་སྤྱོད། འདིས་  
 ཀྱང་རྣམ་མི་འགྱུར་བར་སྤྲོ་བོ། །བཅུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ནི་མ་འོངས་པའི་  
 གནས་སྐབས་དོར་ནས་ད་ལྟར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཕྱིན་པ་དང་། དེ་  
 དོར་ནས་འདས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཕྱིན་པས་གནས་སྐབས་གཞན་རུ་.....



འགྱུར་གྱི་རྣམས་གཞན་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ་རིལ་བུ་གཅིག་ཉིད་གཅིག་གི་ཤོད་.....  
 མིག་ཏུ་བཞག་ན་གཅིག་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་བརྒྱ་དང་སྟངས་གི་ཤོད་མིག་ཏུ་  
 བཞག་ན་བརྒྱ་དང་སྟངས་ཏུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ཞེས་འདོད་དོ། །འདིས་གནས་  
 སྐབས་དང་གནས་སྐབས་ཅན་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ། །བཅུན་པ་སངས་  
 རྒྱས་ལྷ་ད་ལྷར་ལ་ལྷས་ཏེ་རང་ལས་སྤུ་མ་འདས་པ་དང་། འབྲེ་བ་མ་འོངས་  
 པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ད་ལྷར་བ་ཞེས་སྤུ་མ་ལྷས་ནས་གཞན་དང་  
 གཞན་ཏུ་འགྱུར་གྱི། རྣམས་མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་བུད་མེད་གཅིག་ཉིད་  
 ལྷས་ས་ཐ་དད་པ་ལ་ལྷས་ནས་མ་དང་བུ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པ་བཞིན་ཞེས་.....  
 འདོད་དོ། །སྤུ་མ་གསུམ་གྱིས་ཏུས་གསུམ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འདོད་ལ། བྱི་མས་  
 བྱི་ཏུས་གསུམ་རྣམས་ཀྱང་གསུམ་ཏུ་འདོད་དོ། །འདོད་ཚུལ་བཞི་ལས། དང་  
 བོ་ནི་གངས་ཅན་པས་རང་བཞིན་རྟག་ལ་གནས་སྐབས་མི་རྟག་ཅེས་འདོད་  
 པ་དང་མཚུངས་སོ། །འདོད་ཚུལ་གཉིས་པ་ནི་ཏུས་འཆོལ་བར་འགྱུར་བ་  
 དང་། འདོད་ཚུལ་བཞི་པ་ལ་ལྷས་ས་ཐ་དད་པ་ལ་ལྷས་ནས་ཏུས་རེ་རེའང་  
 ཏུས་གསུམ་ཆར་ཏུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་ཡོད་དོ། །བྱི་བྱག་སྤྲེལ་ནས་ན་རེ།  
 འདོད་ཚུལ་གསུམ་པ་བཟང་སྟེ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་ན་མ་འོངས་པ་དང་། བྱེད་  
 པའི་ཆོད་ལྷར་བ་དང་། བྱ་བ་བྱས་ནས་འགགས་པ་འདས་པ་སྟེ་བྱ་བ་ཡིས་  
 ཏུས་ནས་ནས་ཐར་པར་བཞག་པས་སོ། །ཞིའོ། །འོ་ན་འདས་མ་འོངས་གཉིས་  
 ཀྱང་བྱ་བ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ་ཏུས་རྟག་ཏུ་རྣམས་སྤོང་པས་རྟག་ཏུ་བ་.....  
 བྱེད་པ་ལ་གཤམ་བྱེད་པ་སྤོང་པ་མེད་པས་སོ། །བྱ་བ་ཏུས་གསུམ་པ་དེ་ཡང་  
 རི་ལྷར་དེ་ཏུས་ལས་གཞན་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན། ཡིན་ན་བྱ་བ་འདྲ་བ་  
 གཞན་དང་བཅས་དགོས་པས་ཐུག་མེད་ཏུ་ཐལ་བའམ། བྱ་བ་ལ་བྱ་བ་



མེད་ན་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་བྱ་བ་རྟག་པར་ཐལ་ལོ། །གལ་ཏེ་བྱ་བ་དང་  
 རུས་གཞན་མིན་པས་སྒྲིན་དེ་དག་མེད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་འདས་མ་འོངས་  
 གཉིས་རུས་སུ་མི་རུང་བར་ཐལ། བྱ་བ་དང་རུས་གཅིག་པས་རུས་ཡོད་  
 བཞིན་རུ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་དང་། བྱ་བ་འགགས་པ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། དེས་  
 ན་རུས་གསུམ་གྱི་ནམ་བཞག་མི་གྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་གང་མ་སྐྱེས་པ་ལ་མ་  
 འོངས་པ་དང་། སྐྱེས་ལ་མ་ཞིག་པ་ལ་ད་ལྟར་བ་དང་། ཞིག་པ་འདས་པ་  
 ཡིན་པས་སྒྲིན་མེད་དོ་ཞེ་ན། འདས་མ་འོངས་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་པ་དང་  
 ཞིག་པ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ད་ལྟར་བ་དེ་བཞིན་རུ་རྫས་སུ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདུས་བྱས་གྱི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པས་མི་རྟག་ཅེས་པ་ཆོག་  
 ཅམ་སྟེ་རུས་ཐམས་ཅད་རུ་ཡོད་པ་སྐྱེ་འཇིག་མི་རུང་བས་སོ། །མདོའི་དོན་  
 བློ་དགོངས་གཞི་བྱང་བཟུང་། རྒྱུ་ཡོད་ན་འབྱུང་རུང་ལ་དགོངས་ལ།  
 དགོངས་པ་དང་པོར་བྱང་བའི་རྒྱ་དང་ཕྱིས་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་...  
 བ་འདེབས་པ་དགག་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ལ། རྫས་སུ་ཡོད་པར་སྟོན་པ་ནི་མིན་  
 བོ། །གཉིས་ཕྱིར་ཞེས་པ་འང་བསྐལ་པ་སྟོང་ན་འབྱུང་བའི་མ་འོངས་པ་  
 སོགས་ད་ལྟར་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེད་པའི་དམིགས་རྒྱུ་རུ་མི་འཐད་ལ། དམིགས་  
 པ་ཅམ་ཡིན་པས་ནི་རྫས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ལུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 པའི་ལན་ཡང་གྲུབ་པོ། །འབྲས་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི་ལས་འདས་པས་འབྲས་བུ་  
 བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི་ལས་དེ་མངོན་རུ་འགྱུར་བའི་སེམས་རྒྱུད་འགྱུར་པའི་...  
 བྱང་པར་ལས་སྐྱེ་བའོ། །དེས་ན་སྟོན་བྱང་བ་ནི་འདས་པ་དང་། མ་ཞིག་པ་  
 བློ་ད་ལྟར་བ་དང་། རྒྱུ་ཡོད་ན་འབྱུང་རུ་རུང་བ་ནི་མ་འོངས་པར་རིགས་  
 སོ། །བྱི་བྲག་སྐྱེ་བས་ལན་བཟོད་པ་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དོ་པོ་ཉིད་

བྱི་རེས་པར་ཟབ་པ་ཡིན་པས་རྟོག་གཏི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བཀལ་ཁིང་...  
 བརྟགས་པས་མི་གཞོད་ཅེས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། སྤངས་ཀྱང་མ་བུལ་བ་ཡོད་  
 པར་རྟོན་པ་སྟེ། སྤྱག་བསམ་ཤེས་པ་སྦྱོས་ལ་ཀུན་འབྱུང་ཤེས་པ་མ་སྦྱོས་  
 པའི་ཆོ་སྤྱག་བསམ་མཐོང་སྤང་སྤངས་ཀྱང་ཀུན་འགོ་ལྷག་མ་ཀུན་འབྱུང་...  
 མཐོང་སྤང་རྣམས་ཀྱི་དེ་ལ་དམིགས་པས་ལྡན་ལ། སྦྱོམ་སྤང་དང་པོའི་རྣམ་  
 པ་སྤངས་ཀྱང་དང་པོ་དེའི་ཡུལ་ཅན་དྲི་མ་ལྷག་མ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 དམིགས་ནས་ལྡན་ཏེ། ཡུལ་ཅན་མ་སྤངས་པའི་ཡུལ་ནི་ལྡན་པར་བཤད་  
 པས་སོ། །བཞི་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་ཆོས་ལྡེ་ལ་སེམས་གང་  
 གིས་དམིགས་པ་དང་། ཟག་མེད་ལ་སེམས་གང་གིས་དམིགས་པའོ། །དང་  
 པོ་ནི། འདྲིང་དངོས་པོ་གང་ལ་ཕྱ་རྒྱས་དུ་ཞིག་དམིགས་ཤིན། ཆོག་ཉུང་  
 ཏུས་རྟོན་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡུལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ཁམས་གསུམ་ན་སྤང་  
 བྱ་རིགས་ལྡེ་ལྡེ་དང་། ཟག་མེད་བཅུ་དྲུག་དང་ཡུལ་ཅན་སེམས་ཀྱང་དེ་  
 ལྟར་བཅུ་དྲུག་གོ། །དེ་དག་ལས་སྤྱག་བསམ་དང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་སྤང་  
 དང་། སྦྱོམ་པ་ཡིས་སྤང་བྱ་སྟེ་ཆོས་གསུམ་པོ་འདྲིང་ཁམས་ལས་སྦྱོས་པ་ནི།  
 འདྲིང་པ་རང་སའི་སེམས་གསུམ་པོ་དེ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་སྦྱོམ་སྤང་དུ་  
 གཏོགས་པ་དགེ་བའི་སེམས་གཅིག་དང་། དྲི་མེད་ཆོས་ཤེས་སྦྱོགས་མཐུན་  
 ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཏེ་ལྷའི་རྫོད་ཡུལ་ལོ། །འདྲིང་པའི་སྤང་བྱ་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་  
 ལ། འདྲིང་པའི་འགོག་ལམ་མཐོང་སྤང་གི་སེམས་ཀྱིས་མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་  
 དག་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་ན་འགོག་ལམ་ལ་དམིགས་ལ། ཟག་བཅས་ལ་  
 དམིགས་ན་འང་འགོག་ལམ་མཐོང་སྤང་ཅམ་ལ་དམིགས་པས་སོ། །གོང་  
 མའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་འང་ཡུལ་མིན་ཏེ། གོང་མ་ཡི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་འོག་མ་



ལ་མི་དམིགས་པས་སོ། །གཞུགས་མེད་ཀྱི་དགེ་བའི་ཡུལ་མིན་ཏེ། རིང་བ་  
བཞིས་རིང་པས་སོ། །སྤང་བྱ་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་དག་གིས་ཆོས་གཞུགས་  
ཁམས་ལས་སྦྱས་པ་ནི་ཡུལ་ཅན་གཞུགས་ཁམས་རང་གི་སེམས་རིགས་.....  
གསུམ་དང་། འོག་འདྲོད་པའི་སྐལ་པ་མཉམ་པའི་ཀུན་འགྱུར་རིས་གཉིས་  
དང་། སྒྲིམ་སྤང་བྱ་གཏོགས་པའི་དགེ་བ་སྟེ་གསུམ་དང་། གོང་གཞུགས་  
མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་སྤང་ནམ་མཁའ་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་སེམས་གཅིག་དང་། ཇི་མེད་  
རྗེས་ཤེས་སྟོགས་མཐུན་ཀྱི་སེམས་ཏེ་བརྒྱད་ཀྱི་ཡུལ་ལོ། །ཆོས་དེ་གསུམ་  
གཞུགས་མེད་ལས་སྦྱས་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་བྱ་གཏོགས་པའི་སེམས་གསུམ་  
གསུམ་དེ་རྣམས་དང་། ཟག་མེད་རྗེས་ཤེས་སྟོགས་མཐུན་ཀྱི་སེམས་ཏེ་  
བརྒྱའི་རྫོད་ཡུལ་ལོ། །འགོག་པ་དང་ལམ་མཐོང་བས་སྤང་བྱའི་ཆོས་ཁམས་  
གསུམ་པ་ཀུན་གྱི་ཡུལ་ཅན་སྤང་གྱི་སེམས་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བྱ་རང་རང་གི་  
རིས་ཀྱི་སེམས་རེ་རེས་གྲགས་པ་སྟེ་ལྷག་པའི་རྫོད་ཡུལ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི།  
ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ནི་ཡུལ་ཅན་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ལྷ་ལྷའི་མཐའ་མ་.....  
འགོག་ལམ་མཐོང་སྤང་གཉིས་དང་སྒྲིམ་སྤང་བསྟན་པས་གསུམ་གསུམ་.....  
དང་ཟག་མེད་ཀྱི་སེམས་ཏེ་བརྒྱའི་རྫོད་ཡུལ་ལོ། །གསུམ་པ་སེམས་སྤྱ་རྒྱས་  
དང་བཅས་པའི་དབྱེ་བ་ནི། སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་སྤྱ་རྒྱས་དང་བཅས་པ་  
ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཏེ། མཚུངས་ལྷན་དང་དམིགས་པའི་སྒྲིམ་རྣམས་  
པར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་དང་མཚུངས་ལྷན་གང་ཞིག་སྤངས་པ་རྒྱས་པར་  
མི་འགྱུར་ཡང་ལྷན་ཅིག་པ་ཅམ་གྱིས་བཅས་པར་འཛོགས། །སེམས་ཉོན་  
མོངས་ཅན་མིན་པ་ནི་དེ་ལ་དམིགས་པ་མ་སྤངས་པའི་རྒྱས་འགྱུར་ཁོན་ས་...  
སྤྱ་རྒྱས་དང་བཅས་པའོ། །གཉིས་པ་སྦྱོལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱོབ་འི་རིམ་པ་





དང་། སྐྱེ་བའི་རྒྱལ་། །དང་པོ་ནི། སྤ་རྒྱས་བརྩ་བོ་འདི་ནམས་ཇི་ལྟར་  
 འབྱུག་ཅེ་ན། བདེན་པ་ལ་མྱོངས་པ་ལས་བདེན་པ་ལ་ཐེ་ཆོས་སྐྱེ་ལ། ཐེ་  
 ཆོས་དེ་ལས་ལོག་པ་འི་ཐོས་བསམ་ལས་སྤྱག་བསྐལ་མེད་ཅེས་སོགས་ལོག་ལྟ་  
 སྐྱེ་ཁིང་དེ་ལས་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་འབྱུང་སྟེ་སྤྱག་བསྐལ་སོགས་སྤུང་པོ་  
 ལ་བདག་ཏུ་ཞེན་པས་སོ། །དེ་ལས་བདག་ཉག་པའམ་ཆད་པའི་མཐར་  
 འཛིན་པ་དང་། དེ་ལས་གང་མཐར་བཟུང་བ་དེས་འདག་པར་ཡིད་ཆེས་  
 པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བརྒྱལ་ཁྲུགས་མཆོག་འཛིན་དང་། དེ་ལས་ལྟ་བ་  
 མཆོག་འཛིན་དང་། དེ་ལས་རང་གི་ལྟ་བས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། དེ་  
 ཅས་རང་གི་དག་པོ་གཞན་གྱི་ལྟ་བ་ལ་ཞེ་སྤང་པས་འབྱུག་སྟེ། དེ་ལྟར་སྤ་  
 རྒྱས་བརྩ་སྐྱེ་བའི་རིམ་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། སྤ་རྒྱས་སྐྱེ་བ་ན་རྒྱ་གསུམ་སྟེ།  
 སྤ་རྒྱས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པ་རྒྱའི་སྟོབས་དང་། སྤ་རྒྱས་སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་  
 པའི་ཡུལ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡུལ་གྱི་སྟོབས་དང་། ཡུལ་དེ་ལའང་ཚུལ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྦྱར་བའི་སྟོབས་ལས་ཉོན་མངས་སྐྱེ་སྟེ་དེ་  
 དག་ནི་སྤ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོང་བ་ཡིན་པས་སོ། །རེས་འགའ་རྒྱའི་སྟོབས་མེད་  
 གྱང་སྐྱེ་སྟེ། དག་བཅོམ་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་བཞིན་ནོ། །མཛོན་པ་གང་མ་  
 བ་ནི། རྒྱ་གསུམ་ཀ་ཆོང་བ་ལས་སྐྱེ་བར་བཞེད་དོ། །གསུམ་པ་སྤ་རྒྱས་ཀྱི་  
 རྣམ་གྲངས་ལ་གསུམ་སྟེ། རོ་བོ་དངོས་དང་། གང་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་  
 པ་དང་། སྐྱེ་བ་པ་ལྟ་བུ་ན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོ་ལས་འབྱུང་  
 བའི་དོན་དང་། བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། དངོས་དང་། རེས་ཆོག་གོ། །དང་པོ་ནི། སྤ་རྒྱས་ཉིད་ཟག་པ་  
 གསུམ་དུ་གསུངས་པ་ལ། འདོད་པ་སྦྱོང་པའི་གཏི་མུག་རིགས་ལྟ་མ་







གཏོགས་པའི་ཉོན་མངས་པ་སྤུ་ཅུ་ཅ་གཅིག་ཀྱང་ནས་དཀྱིས་པ་བཅུ་དང་  
 བཅས་པ་འདྲོད་པའི་ཟག་པའོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ན་སྦྱོད་པའི་  
 མ་རིག་པ་ལྷ་ལྷ་དྲོད་པའི་སྤ་རྒྱས་ཉེར་དྲུག་རེ་རེ་སྟེ། ལྷ་བཅུ་དང་གཉིས་ཁོ་  
 ན་སྤྱིད་པའི་ཟག་པའོ། །ཀྱང་ནས་དཀྱིས་པ་གཞན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་  
 རང་དབང་ཅན་མིན་པས་མ་སྦྱོས་སོ། །གོང་མའི་སྤ་རྒྱས་རྣམས་ཟག་པ་  
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པ་ཅི་ཞེ་ན། གོང་མ་གཉིས་ཀའི་སྤ་རྒྱས་རྣམས་ལུང་མ་  
 བསྟན་དང་། ཁ་ནང་དུ་བསྟན་ཏེ་འབྲུག་པ་དང་། མཉམ་བཞག་གི་ས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ་སྤྱིད་པའི་འདྲོད་ཆགས་བཞིན་ནོ། །  
 ཁམས་གསུམ་གྱི་མ་རིག་པ་རྣམས་བཅོ་ལྷ་ནི། མ་རིག་པའི་ཟག་པ་སྟེ། ཟག་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆ་བ་མ་རིག་པ་ཡིན་པས་ན་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཟག་པར་.....  
 བསྟན་ནོ། །ཡང་མདོ་ལས། རྩ་བོ་བཞི་དང་སྦྱར་བ་བཞི་གསུངས་པ་འང་  
 ཟག་པར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །ཁྱད་པར་ན་ཁམས་  
 གསུམ་གྱི་ལྷ་བ་རྣམས་ཤེས་རབ་ཡིན་པས་གསལ་བའི་ཕྱིར། རྩ་བོ་དང་  
 སྦྱར་བ་ལ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསྟན་ཞེས་ཏེ། གཏུལ་བྱའི་དབང་གིས་བསྟན་  
 པར་བཤད་དོ། །ཟག་པ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་བ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་བསྟན་  
 པ་ཅི་ཞེ་ན། ཟག་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་བ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་གྲོགས་  
 མེད་པའི་ལྷ་བ་འབའ་ཞིག་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པའི་ངེས་ཚིག་འཛོག་པའི་.....  
 རྣམས་སུ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་ན་ལྷ་བ་མིན་པའི་འདྲོད་པའི་ཟག་པ་  
 ཉེར་དྲུག་ནི་འདྲོད་པའི་རྩ་བོ་དང་། སྦྱར་བ་དང་། ཉེར་བརྒྱད་ནི་སྤྱིད་  
 པའི་རྩ་སྦྱར་དང་། ཁམས་གསུམ་ན་མཛོད་སྤང་ངེས་བཞིའི་ལྷ་བ་བཅུ་  
 བཞི་རེ་སྟེ་སྤ་རྒྱས་ནི་ལྷ་བའི་རྩ་བོ་དང་སྦྱར་བ་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་མ་





རིག་པ་བཅོམ་ནི་མ་རིག་པའི་ཚུ་བོ་དང་སྦྱར་བའོ། །ལོ་ནི་མ་རངས་པའོ། །  
 མདོ་ལས་ཉེར་ལེན་བཞི་གསུངས་ལ། རི་སྐད་བཤད་པའི་སྦྱར་བ་ཉིང་མ་  
 རིག་པ་དང་བཅས་པ་སོ་བཞི་ནི་འདོད་པས་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། སྤྱིད་  
 པའི་སྦྱར་བ་མ་རིག་པ་དང་བཅས་པ་སོ་བཅུད་ནི་བདག་ཏུ་སྦྱ་བ་ཉེ་བར་.....  
 ལེན་པ་དང་ཁམས་གསུམ་གྱི་ལྟ་བ་དང་པོ་བཞི་དྲིལ་བས་སུམ་ཅུ་ནི་ལྟ་བ་.....  
 ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་ལྟ་བ་དང་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་  
 བྱགས་མཆོག་འཛིན་ནི། ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་བྱགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
 གྱི་ལྟ་བ་དུག་ནི་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་བྱགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཉེ་.....  
 བར་ལེན་པ་སྟེ། ལྟ་བ་ཐ་མ་འདི་ལོགས་སུ་བྱས་པ་ནི་ལམ་གྱི་དབྱར་གྱུར་  
 པས་བྱིམ་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀ་བསྐྱུ་བས་སོ། །དེ་ལྟར་ཉེར་ལེན་  
 བཞི་ཅུ་མས་སོ། །མ་རིག་པ་ཉེར་ལེན་ཏུ་བསྐྱེས་ཉེ་བཤད་པ་ཅི་ཞེན། མ་  
 རིག་པ་ནི་མི་གསལ་བ་སྟེ་རྒྱུད་པ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ་གཞན་དང་  
 འདྲེས་པ་ན་འཛིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེས་སོ། །སྦྱ་མཆེད་ནི་འདོད་པ་སོགས་  
 བཞི་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པ་ཉེར་ལེན་བཞིར་བཞེད་དོ། །དེས་ཆོག་ལ་  
 གཉིས་ཉེ། སྤ་རྒྱས་གྱི་དེས་ཆོག་དང་། ཟག་པ་སོགས་གྱི་དེས་ཆོག་གོ། །དང་  
 པོ་ནི། ལྟ་བ་ལ་ཉེར་ལེན་གཉིས་སུ་སྦྱེ་བ་སྤ་རྒྱས་ནས་ཉེར་ལེན་གྱི་བར་གྱི་  
 སྤའི་དོན་གང་ཞེན། གང་གི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་དེ་ཅུ་མས་རྒྱུད་ལ་རྒྱ་བ་  
 རྟོགས་དཀའ་བས་རྒྱ་བ་སྤ་བ་དང་། མོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་།  
 དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གཉིས་ཀས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 བརྒྱུག་ཀྱང་ཡང་ཡང་རྗེས་སུ་འབྱུང་ཞིང་མཛོན་ཏུ་གྱུར་པ་དེའི་ཕྱིར་སྤ་.....  
 རྒྱས་དག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་བྱེད་སྐྱེ་བ་མཛོན་གྱུར་ལ་





འདོད་ལ། མདོ་ཐེ་པ་དང་གོང་མ་བ་ནི་དེའི་སྤྱེལ་ཨ་རུ་ཤ་ཡང་ཞེས་པའི་  
 དེས་ཆོག་ནི་ཉེན་མོངས་མངོན་ཏུ་མ་གྱུར་པ་སྟེ། བག་ཆགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་  
 ཉལ་བས་བག་ལ་ཉལ་ཞེས་འཆད་ལ། གནས་མ་བྱ་པ་ཐོབ་པ་ལ་འདོད་དོ།  
 གཉིས་པ་ནི། འཁོར་བར་འཛོག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་མཆེད་དུག་གི་མ་  
 རས་ཟགས་ཤིང་འཕོ་བར་བྱེད་པ་དང་། འགྲོ་བའམ་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱིར་  
 བར་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་དུ་འབྱར་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྤྲིད་དམ་  
 འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱིར་རིམ་པས་ཟག་པ་དང་།  
 སོགས་པས་ཆུ་པོ་དང་། སྦྱར་བ་དང་། ཉེར་ལེན་དུ་བཞག་པ་ནི་སྤྱུས་དེ་  
 དག་གི་དེས་ཆོག་ཡིན་ནོ། གཉིས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་བསྟན་  
 པ་ལ་བསྟན་བཤད་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་ནི། སྤྱུས་དེ་དག་ཉིད་  
 ཀྱན་དུ་སྦྱར་བ་དང་། སོགས་པས་འཆི་བ་དང་། སྤྱུས་དང་། ཉེ་ཉོན་  
 དང་། ཀྱན་དགྲིས་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཡང་རྣམ་པ་ལྟར་བཤད་དོ། གཉིས་པ་ལ་  
 བཞི་སྟེ། ཀྱན་སྦྱར་དང་། འཆིང་བ་དང་། ཉེ་ཉོན་དང་། ཀྱན་དགྲིས་སོ།  
 དང་པོ་ནི། ཀྱན་སྦྱར་དག་སྟེ། རྩེས་སྤྱུས་པ་དང་། ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་།  
 ད་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་དང་། ལྟ་བ་དང་། མཆོག་དུ་འཛོན་པ་དང་། ཐེ་  
 ཆོམ་དང་། སྤག་དོག་དང་། ལེར་སྤེའི་ཀྱན་སྦྱར་རོ། ཅི་ལྟ་བ་གསུམ་དང་།  
 མཆོག་འཛོན་གཉིས་ཀྱན་སྦྱར་ཐ་དད་དུ་བཤད་ཅེན། དེ་དག་ཁམས་  
 གསུམ་ན་རྩེས་བཅོ་བརྒྱད་རེ་རེར་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་  
 མཆོག་དུ་འཛོན་པར་འདྲ་བའི་ཕྱིར། ཡང་ལྟ་བ་ཕྱི་མ་གཉིས་མཆོག་དུ་  
 འཛོན་པའི་ཀྱན་དུ་སྦྱར་བ་ཞེས་གཞན་དུ་བཤད་དོ། །དབུས་མཐར་རིམ་  
 པས་འགོག་ལམ་གཉིས་ཤེས་པ་ལ་སྤྲིབ་པས་ཐ་དད་དུ་བཤད་དོ། །འོ་ན་





ཀུན་དགྲིས་རྣམས་ལས་ཕྱག་དྲོག་དང་སེར་སྣ་གཉིས་ཁོན་ཀུན་སྦྱར་དུ་.....  
 བཤད་པ་ཅི་ཞེན། གང་གི་ཕྱིར་ན་གཉིས་ཀ་མཐའ་གཅིག་དུ་མི་དགེ་བ་  
 དང་། རང་དབང་ཅན་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཕྱག་དྲོག་དང་སེར་སྣ་གཉིས་  
 ཀུན་དགྲིས་དེ་དག་ལས་ལྷགས་ཤིག་དུ་ཀུན་སྦྱར་དུ་བཤད་ལ། རོ་ཆ་མེད་  
 པ་སོགས་ནི་ཆགས་སོགས་དང་ལྷན་པས་རང་དབང་ཅན་མིན་ཞིང་།  
 འགྲོད་པ་ནི་མ་རིག་པ་ཙམ་དང་ལྷན་པས་རང་དབང་ཅན་ཡིན་ཡང་.....  
 གཅིག་དུ་མི་དགེ་བ་མིན་ཏེ། མདོ་ལས་ཡང་། ཐ་མའི་ཆ་འདྲོད་ཁམས་  
 དང་མཐུན་པའི་ཀུན་སྦྱར་རྣམ་པ་ལྷ་གསུངས་ཏེ། འཇིག་རྟ་དང་ཚུལ་  
 བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་འདྲོད་པ་ལ་  
 འདུན་པ་དང་། གནོད་སེམས་སོ། །རི་ལྟར་མཐུན་ཞེན། ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་  
 འདྲོད་ཁམས་ལས་མི་འདའ་ལ། སྤྲ་མ་གསུམ་པོ་ཡིས་ནི་འདས་ཀྱང་ཕྱིར་  
 བརྒྱག་པར་བྱེད་པའོ། །སེམས་ཙམ་པ་ནི་སྤྲ་མ་གསུམ་ཀྱིས་སེམས་ཙན་གྱི་  
 ཐ་མ་སོ་སྟེ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་ཁམས་ཐ་མ་འདྲོད་ཁམས་ལས་མི་འདའ་  
 བས་སོ་ཞེས། །རྒྱུན་ཞུགས་ཀྱིས་མཐར་ལྷ་སོགས་ཀྱང་སྤངས་ན་ཀུན་སྦྱར་  
 སྤྲ་མ་གསུམ་ཁོན་སྤང་བས་རྒྱུན་ཞུགས་སུ་གསུངས་པ་ཅི་ཞེན། མཐར་  
 འཛིན་གྱི་སྟོན་ནི་འཇིག་རྟ་དང་། ལྷ་བ་མཆོག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ནི་ཚུལ་  
 བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་དང་། ལྷག་རྟའི་སྟོན་ནི་ཐེ་ཆོམ་ཡིན་  
 པས། གསུམ་པོ་སྤངས་ན་མཐར་ལྷ་སོགས་གསུམ་ཡང་སྤངས་པར་གོ་བའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དེ་གསུམ་པོ་སྤངས་པའི་སྟོན་ནས་བརྟན་ལོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་འཇིག་  
 ལྟས་ཐར་པ་ལ་སྒྲག་སྟེ། འགྲོ་མི་འདྲོད་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་  
 ཞུགས་མཆོག་འཛིན་གྱིས་ལམ་གཞན་ལ་བརྟེན་པས་ནོར་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་





གྲིས་ལམ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བས་གསུམ་པོ་སྟེ་དེ་སྟེད་ཅིག་ཐར་པར་བགོད་པ་ལ་  
 གེགས་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་རྒྱུ་ཞུགས་ཀྱིས་གསུམ་སྤངས་པར་བསྟན་ཏོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ཐུབ་པས་གོང་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་ཀུན་སྦྱར་  
 ལ་ཉིད་གསུངས་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཞེན། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ལས་སྦྱེས་  
 པའི་འདོད་ཆགས་གཉིས་དང་མྱོད་པ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་མྱོངས་པའོ། །དེ་  
 རྣམས་མ་སྤངས་པར་ཁམས་གོང་མ་ལས་མི་འདའ་བས་སོ། །ཡང་གོང་  
 མའི་འདོད་ཆགས་གཉིས་ཀྱིས་ཁམས་གོང་མ་ཉེ་བར་ལེན་ཅིང་། བྱི་མ་  
 གསུམ་གྱིས་ལུས་སྤངས་པ་མི་གཏོང་བས་གོང་མའི་ཆ་མཐུན་ཞེས་ཐོགས་་་་  
 མེད་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་འཆིང་བ་ནི། ཚེར་བ་བདེ་སྤྱག་བཏང་སྟོམས་  
 གསུམ་གྱི་དབང་གིས་འཆིང་བ། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ཐུག་གསུམ་མོ། །  
 གསུམ་པ་ཉེ་ཉོན་ནི། ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་  
 བྱེད་པས་ཉེ་ཉོན་ཀྱང་ཡིན་ལ། ཉོན་མོངས་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་སེམས་བྱང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་ཞེས་པས་བསྐྱས་པ་གང་དེའང་  
 ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་དེ་དག་ཉེ་ཉོན་ཁོན་ཡིན་གྱི། ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་  
 བྱི་མི་བྱའོ། །དེ་ཡང་གཞི་སྤྲོད་ཆོགས་ལས། འབྱུང་བ་མི་དགའ་བ་དང་།  
 སྤྲལ་བ་སོགས་པ་དང་། འདིར་འཆད་པའི་ཀུན་དགྲིས་བཅུ་དང་། ཇི་མ་  
 ཏུག་ལ་སོགས་པའོ། །བཞི་པ་ཀུན་དགྲིས་ལ་གསུམ་སྟེ། དངོས་ཀྱི་དོན།  
 ཞར་ལ་དྲི་མ་བཤད། དེ་དག་གི་བྱུང་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། རོ་པོ་རོས་བཟུང་བ་དང་། གང་གི་རྒྱ་མཐུན་ཡིན་པའོ། །དང་པོ་ནི་  
 མདོ་ལས། ཉོན་མོངས་ཀྱང་ཀུན་དགྲིས་སྤུ་བཤད་ལ། བསྟན་བཅོས་རབ་  
 ཏུ་བྱེད་པ་ལས་ནི་རོ་ཚ་མེད་པ་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྤུ་སྤུ་





ཆོགས་པ་ལ་སེམས་ཁོང་ནས་འབྲུག་པའི་ཕྱག་དོག་དང་། ཆོས་དང་ཟང་  
 ཟེང་དང་བཟོ་སྒྲིན་པ་དང་འགལ་བ་ཅན་སེམས་ཀྱིས་འཛིན་པ་སེར་སྣ་.....  
 དང་། སེམས་རྣམ་པར་མ་ཞི་བ་ཚོད་པ་དང་འཁྱུང་པ་དང་སྐྱགས་པ་དང་།  
 ལུས་ཡང་དག་པར་འཛིན་མི་རུས་པས་སེམས་མངོན་པར་སྤྱད་པའི་གཉིད་  
 དང་། ཀུན་ནས་དཀྱིས་པ་བརྒྱད་འབྱུང་རོ། བྱི་བྱག་སྒྲུ་བ་ནི། གནོད་  
 སེམས་དང་རྣམ་འཛེམ་པའི་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པ་ཁྲོ་བ་དང་ཁ་ན་...  
 མ་ཐོ་བ་འབྱུང་པ་འཆབ་པ་གཉིས་བསྒྲན་པས་ཀུན་དཀྱིས་བཅུར་འདོད་དོ།  
 འཁྱུང་གཉིད་ནི་དགེ་བ་དང་མ་སྒྲིབ་པའི་ཆ་དོར་བའི་ལྷག་མའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ངོ་ཚ་མེད་པ་དང་། ཚོད་པ་དང་སེར་སྣ་དང་  
 གསལ་བསྐྱངས་ཤིང་། འཆབ་པ་ལ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཚྩད་པ་ཡོད་དེ། ཁ་  
 ཅིག་སྤེད་པའི་རྒྱ་མཐུན་ཡིན་ཞེས་དང་། ཁ་ཅིག་མ་རིག་པའི་རྒྱ་མཐུན་  
 དང་། ལ་ལ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་མཐུན་ནོ། ཞེས་ཟེར་རོ། ཁ་རིག་པ་ལས་བྱུང་  
 བའི་རྒྱ་མཐུན་ནི་སྐྱགས་པ་དང་གཉིད་དང་ཁྲེལ་མེད་དོ། བློ་ཚྲོ་ལས་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་འཁྱུང་པའོ། ཁྲོ་བ་དང་ཕྱག་དོག་གཉིས་ཁོང་ཁྲོའི་རྒྱ་  
 ལས་བྱུང་རོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞན་ཡང་ལུས་ལས་དྲི་མ་འབྱུང་བ་བཞིན་  
 ཏུ་ཉོན་མོངས་པ་ལས་གཡོ་སྐྱུ་ལ་སོགས་པའི་དྲི་མ་དུག་འབྱུང་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་སྐྱུ་ན་གཞན་འདིད་པ་དང་། གཡོ་ནི་སེམས་གྲུ་གྲུ་བ་སྟེ། གང་གིས་  
 ཡང་དག་པར་མི་སྒྲུ་བར་གཏམ་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར་བའམ་མི་གསལ་བར་བྱེད་...  
 པ་དང་། རྒྱགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དམ་ཏུ་འཛིན་ཅིང་།  
 ཡང་དག་པའི་གདམས་པ་མི་ལེན་པ་འཆོག་པ་དང་། ཀུན་ནས་མནར་  
 སེམས་པས་གནོད་ལན་མང་ཏུ་བྱེད་པ་འཁོན་འཛིན་དང་། རྣམ་པར་མ་ཐོ་





འཆམས་པ་རྣམ་འཆོལ། །དེ་ལ་སྐྱུ་དང་རྒྱགས་པ་དག་ནི་འདོད་ཆགས་  
 ལས་སྐྱེ་ལ། འཁོན་འཛིན་དང་རྣམ་འཆོལ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་ལས་སྐྱེས་ལ། འཆོག་པ་  
 ནི་ལྟ་བུ་མཆོག་འཛིན་ལས་སྐྱེ་ཤིང་། གཡོ་ནི་ལྟ་བུས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་  
 རྒྱ་རྒྱ་ཅི་ཡིན་སྤྲིག་ཅན་ལྟ་ཞེས་པ་ལོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་བྱང་པར་བཤད་  
 པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཐོང་སྤང་དང་སྦྱོམ་སྤང་གི་བྱང་པར། མི་དགེ་བ་དང་  
 ལུང་མ་བསྟན་གྱི་བྱང་པར། ཁམས་དང་སའི་བྱང་པར་རོ། །དང་པོ་ནི།  
 འདི་དག་ལམ་གང་གི་སྤང་བྱ་ཡིན་ཞེ་ན། ཀྱན་དགྲིས་བརྩུ་བོ་དེ་ལས་རྩ་ཆ་  
 མེད་པ་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་དང་རྒྱགས་པ་དང་གཉིད་དང་སྐྱོད་པ་རྣམས་ནི་  
 མཐོང་སྤང་དང་སྦྱོམ་སྤང་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་ཕྱག་དོག་  
 དང་སེར་སྐྱ་དང་། འགྱུད་པ་དང་ཁྱོད་པ་དང་འཆབ་པ་ལྟ་ནི་སྦྱོམ་པས་སྤང་  
 བྱ་ཁོ་ན་དང་། མ་རིག་པ་ཅམ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པས་རང་དབང་  
 ཅན་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དྲི་མ་དུག་རྣམས་ཀྱང་སྦྱོམ་སྤང་ཁོ་ན་དང་།  
 ཆགས་སོགས་གཞན་གྱི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བས་རང་དབང་ཅན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། ཉེ་ཉོན་རྣམས་འདོད་ཁམས་ན་ཡོད་པ་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་ལ།  
 རྒྱགས་སྐྱོད་གཉིད་གསུམ་ལ་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་རྣམ་པ་གཉིས་  
 སོ། །དེ་ཡན་ཆད་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ན་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་ནི་ལུང་མ་བསྟན་  
 ཁོ་ན་ལོ། །གསུམ་པ་ནི། གཡོ་སྐྱུ་གཉིས་འདོད་ཁམས་དང་བསམ་གཏན་  
 དང་པོ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་སྐྱུ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན།  
 འཕགས་པ་རྟ་ཐུལ་གྱིས་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ལ་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་གང་དུ་  
 འགག་དྲིས་པ་ན། ཆངས་པས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་ཁོ་པོ་ནི་ཆངས་པ་ལོ། །  
 ཞེས་སོགས་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་ལ་བསྐྱར་ཏེ། རྟ་ཐུལ་འདྲིད་པ་ལ་ཞུགས་པ་འི་





ཕྱིར་རོ། །རྒྱགས་པ་དང་རྒྱུགས་པ་དང་རྒྱགས་པ་གསུམ་ནི། །ཁམས་གསུམ་  
 ཆར་ན་ཡིད་ཅིང་གཞན་ཉེ་ཉོན་བརྩུ་གཅིག་པོ་རྒྱམས་ནི་འདོད་ཁམས་ལས་  
 རྒྱུས་པ་ཁོ་ན་ལོ། །གཉིས་པ་དེ་རྒྱམས་གང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སེམས་གང་དང་མཚུངས་ལྡན་དང་། ཆོར་བ་གང་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དེ་དག་ལས་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་དང་རྒྱམ་ཤེས་  
 རྩལ་གི་ས་པ་དུ་ཞེན། མཐོང་སྤང་ཐམས་ཅད་དང་སྒྲུལ་སྤང་ལས་གཉིད་  
 དང་ང་རྒྱལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། ཡིད་ཀྱི་རྒྱམ་ཤེས་ཀྱི་ས་པ་ཡིན་  
 ལ་དེར་མ་ཟད་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རང་དབང་ཅན་བརྩུ་གཅིག་ཀྱང་.....  
 ཡིད་ཀྱི་ས་པ་ལོ། །གཞན་མཐོང་སྤང་གིས་བསྐྱུས་པ་དུག་གསུམ་དང་རྩ་  
 མེད་པ་དང་ཁྱེད་མེད་པ་དང་རྒྱགས་པ་དང་རྒྱུགས་པ་དང་། ལེ་ལོ་དང་བག་  
 མེད་པ་ནི་རྒྱམ་ཤེས་རྩལ་ཆར་གྱི་ཉེན་ཅན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅ་ཉོན་ཆོར་  
 བ་གང་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཞེན། འདོད་ཆགས་ནི་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
 དང་ཡིད་བདེ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཞིང་། ཞེ་སྤང་ནི་བསྐྱེད་སྤྱོད་  
 རྩལ་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་ནོ། །མ་རིག་པ་ནི།  
 ཆོར་བ་ལྡེ་པོ་ཐམས་ཅད་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །མེད་ལྟ་ནི་དགེ་སྤྱི་  
 གི་འབྲས་བུ་མེད་པར་མཐོང་ན་ཡིད་བདེ་དང་། དེས་འགའ་ནི་སྤར་  
 བསོད་ནམས་ལ་འབད་པ་དོན་མེད་དུ་མཐོང་བས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། ཡིད་མི་  
 བདེ་དང་ལྡན་ཞིང་། དེས་པ་དོན་གཉེར་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་དང་  
 ལྡན་ནོ། །གཞན་ལྟ་བུ་བཞི་དང་ང་རྒྱལ་ནི་ཡིད་བདེ་དང་ལྡན་ཏེ། དགའ་  
 བའི་རྒྱམ་པས་འཇུག་པས་སོ། །དེ་དག་ནི་འདོད་ཁམས་ལས་རྒྱུས་པའི་སྤ་  
 རྒྱས་ཀྱི་མཚུངས་ལྡན་ནོ། །བཏང་སྒྲུལ་ནི་སྤ་རྒྱས་ཀྱང་དང་མཚུངས་པར་







ལྷན་ཏེ། འགག་ཁར་རྣམ་པ་མི་གསལ་བར་འཇུག་པས་སོ། །ས་གོང་མའི་  
 སྤ་རྒྱས་རྣམས་ནི་ས་གང་ན་ཚོར་བ་གང་ཡོད་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རང་.....  
 རང་གི་ཚོར་བ་དང་མཚུངས་ལྷན་ནོ། །ཉེ་ཉོན་རྣམས་ཚོར་བ་གང་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྷན་ཞེ་ན། འགྲོད་པ་ནས་འཆིག་པའི་བར་དུག་ནི་ཡིད་མི་  
 བདེ་དང་ལྷན་ཏེ། སྦྱོབ་འཇུག་རྣམ་པས་འཇུག་པ་དང་ཡིད་ཀྱི་ས་པ་ཡིན་པས་  
 སོ། །ཁེར་སྒྲ་ཉིད་ནི་དེ་ལས་བསྒྲག་པ་ཡིད་བདེ་དང་ལྷན་ཏེ། ཆགས་པས་  
 བསྐྱངས་པའི་དགའ་བའི་རྣམ་པར་འཇུག་པས་སོ། །གཡོ་དང་སྦྱ་དང་  
 འཆབ་པ་དང་གཉིད་བཞི་པོ་ནི་ཡིད་བདེ་བ་དང་མི་བདེ་བ་གཉིས་ཀ་དང་  
 ལྷན་ལ་རྒྱགས་པ་ནི་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་བདེ་བ་དང་། དེ་མཛ་ཆད་  
 ན་ཡིད་བདེ་དག་དང་ལྷན་ནོ། །བཏང་སྒྲུམས་ནི་ཉེ་ཉོན་ཀུན་དང་  
 མཚུངས་ལྷན་རུ་འགྲོ་ལ། །གཞན་ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་དང་  
 རྒྱགས་ཚོད་གཉིས་ཏེ་བཞི་པོ་ནི་ཚོར་བ་ལྷ་ཆར་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་.....  
 ལྷན་ནོ། །གསུམ་པ་སྐྱིབ་པ་ལྷ་བསྟན་པ་ནི། མདོ་ལས། འདོད་པ་ལ་འདུན་  
 པ་སོགས་སྐྱིབ་པ་ལྷ་གསུངས་པ་ལ། རྒྱགས་པ་དང་། འགྲོད་པ་དང་། ཐེ་  
 ཚོམ་གསུམ་ཁམས་གསུམ་ཀ་ན་ཡོད་པ་བཟུང་ངམ། འདོད་ཁམས་ན་ཡོད་  
 པ་ཁོ་ན་བཟུང་ཞེ་ན། གཅིག་རྒྱ་མི་དགེ་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་འདོད་  
 ཁམས་ན་ཡོད་པའི་སྐྱིབ་པ་ལྷ་པོ་རྣམས་བཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་ཁམས་.....  
 གཞན་ན་ཡོད་པ་ནི་མིན་ནོ། །སྐྱིབ་པ་བདུན་ཡོད་པ་མིན་ནམ། ཅིའི་ཕྱིར་  
 ལྷར་བཤད་ཅེ་ན། རྒྱགས་གཉིད་གཉིས་སྐྱིབ་པ་གཅིག་རྒྱ་བཤད་དེ། ཞི་  
 གནས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱགས་སུ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་ཟས་སྦྱེ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། བྱ་བ་སེམས་ཞུམ་པར་བྱེད་པ་གཅིག་པའི་



བྱེད་རོ། རྒྱུ་འབྱུང་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ། ལྷག་མཐོང་གི་མི་མཐུན་  
 སྤྱགས་སུ་གཅིག་པའི་བྱེད་དང་། རྒྱ་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་དང་། བྱ་བ་  
 སེམས་མ་ཞི་བར་བྱེད་པ་གཅིག་པའི་བྱེད། ཉེན་མོངས་པ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་བ་པ་  
 ཡིན་ན་འདི་ལྟ་ཞིན་སྤྱི་བ་པར་གསུངས་པ་ཅི་ཞེན། དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། སྤྱགས་གཉིད་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་དང་། རྒྱུ་འབྱུང་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྤང་པོ་ལ་གནོད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་དང་ཤེས་རབ་མེད་ན་བདེན་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་བྱེད་ན་ལྟ་ཉིད་ཏུ་  
 བཤད་དོ། སྤྱུ་མཆེད་ནི་སྤྱགས་གཉིད་ཀྱིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། རྒྱུ་འབྱུང་  
 ཀྱིས་ཤེས་རབ་ལ་གནོད་པར་བཞེད་པས་སྤོན་གྱི་སྤྱི་བ་དཔོན་དག་...  
 རིམ་པས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྤྱི་བ་དང་། དངོས་གཞི་ཞི་ལྷག་དང་། རྒྱུ་  
 ལ་སྤྱེ་ཚོས་ལ་ངེས་པར་རྟོག་པའི་ཆེ་བར་ཆད་བྱེད་པར་བཞེད་དོ། གཉིས་  
 པ་གང་གིས་སྤྱང་བ་ལ་ལྟ་སྤྱེ། ཇི་ལྟར་སྤྱང་ཚུལ། སྤྱང་བྱེད་གཉེན་པོའི་  
 དབྱེ་བ། གང་ལས་བྱེ་ནས་སྤྱང་ཚུལ། སྤྱང་པ་གང་གིས་ཐག་བསྐྱེད་བ་དང་།  
 སྤྱངས་པའི་ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བསྟན་པའོ། དང་པོ་ནི། མཐོང་སྤང་  
 ནི་རིས་དང་པོ་གཉིས་རང་ས་ལ་དམིགས་པ་དང་། འགོག་ལམ་མཐོང་  
 སྤང་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་དམིགས་པ་བདེན་བཞིན་རང་མཚན་...  
 ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་སྤྱེ། ཐོ་ཡོར་ཏུ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མིར་འཛིན་པ་  
 བསྐྱོག་པ་བཞིན་ནོ། འདོད་པའི་ཀུན་འགྲོ་གོང་ཏུ་དམིགས་པ་དགུ་ནི།  
 གོང་མའི་བདེན་པ་མ་ཤེས་ཀྱང་དེ་རྣམས་ལ་དམིགས་པའི་རང་སའི་སྤྱལ་...  
 པ་མཉམ་པའི་ཀུན་འགྲོ་རྣམས། ཡང་དག་པར་ཟད་པས་སྤྱང་པ་དང་།  
 འགོག་ལམ་མཐོང་སྤང་ཟག་བཅས་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་རང་གི་དམིགས་



པ་ཟག་མེད་གྱི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་རྣམས་སྤངས་པས་སྤྱོད་སྟེ། ཡུལ་མེད་  
 པ་ན་དེ་རྣམས་ཀྱང་མི་འབྱུང་བས་སོ། །སྤྱོད་ཚུལ་དེ་གསུམ་ཡང་སྤྱོད་པའི་  
 རིམ་པས་མ་ཡིན་གྱི། རུས་གཅིག་ལ་སྟོག་པ་ཐ་དད་པས་བྱེ་བའོ། །སྤྱོད་  
 སྤང་གི་གཞིན་པོ་ཆུང་འབྲིང་དགྲུང་རིམ་གྱིས་སྟེས་པས་སྤྱོད་སྤང་ཆེ་འབྲིང་  
 དགྲུང་རིམ་གྱིས་ཟད་པར་འབྱུང་རོ། །གཞིས་པ་ནི། གཞིན་པོ་རུ་ཡོད་ཅེན།  
 གཞིན་པོ་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྤྱོད་བའི་གཞིན་པོ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 དང་གཞིའི་གཞིན་པོ་དེ་ཡན་ཆད་གྱི་ལམ་བུལ་ཐོབ་ཀྱན་རུ་འཛིན་པ་དང་།  
 ཐག་བསྐང་བའི་གཞིན་པོ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡན་ཆད་དོ། །རྣམ་པར་སྟུན་  
 འབྲིན་པའི་གཞིན་པོ་ཁམས་དེ་ལ་སྟུན་རུ་མཐོང་ནས་སྟུན་འབྲིན་པའོ། །  
 དེས་ན་སྟུག་ཀྱན་ལ་དམིགས་པའི་སྤང་པའི་གཞིན་པོ་འང་སྟུན་འབྲིན་པའི་  
 གཞིན་པོ་ཡིན་ཅོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་སྟུག་ཀྱན་ལ་དམིགས་པའི་སྟུར་ལམ་  
 སྟུན་འབྲིན་པའི་གཞིན་པོ་དང་། གཞན་གསུམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་།  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་། བྱང་པར་གྱི་ལམ་རུ་བཞེད་ལ། གང་མ་བ་ནི་ཟག་  
 བཅས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་སྟུན་འབྲིན་དང་། སྟུར་ལམ་དང་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་སྤྱོད་གཞིན་ཏེ་གཉིས་སྟོབ་དཔོན་བཞིན་བཞེད་དོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། ཉན་མོངས་སྤྱོད་བ་ན་གང་ལས་སྤྱོད་ཞེ་ན། མཚུངས་ལྡན་ལས་དབྱེ་  
 མི་རྣམས་པས་དམིགས་པ་ལས་བྱེ་ནས་ཉན་མོངས་པ་སྤང་བར་བྱ་བར་.....  
 འདོད་ལ། དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་གྱི་ཐོབ་པ་ཆད་པས་དང་། གཞན་རྒྱུད་གྱིས་  
 བྱི་དེའི་ཡུལ་ཅན་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་སྤང་བས་སྤྱོད་རོ། །བཞི་པ་ནི། ཐག་  
 བསྐང་བ་ཞེས་སྤང་བཤད་པ་དེའི་ངོ་བོ་གང་ཞེ་ན། དེ་ཡང་བཞི་སྟེ།  
 ཚོགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པས་དང་། མི་མཐུན་སྟུགས་





དང་གཉིན་པོས་དང་། ཡུལ་རྣམ་བར་ཆད་པས་དང་། རུས་ཀྱི་རིང་བ་སྟེ་  
 རིམ་པ་བཞིན་འབྱུང་བཞི་དང་། ཚུལ་སྤྲིམས་དང་འཆལ་ཚུལ་དང་།  
 སྤྱགས་ཤར་རུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཆོ་དང་། རུས་འདས་མ་འོངས་གཉིས་རིང་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །ལྷ་པ་ནི། ལམ་ངེ་ལྟར་གོང་མ་གོང་རུ་བྱད་པར་རུ་འགྱུར་བ་ལྟར་  
 སྤངས་པ་ཡང་བྱད་པར་རུ་འགྱུར་རམ་ཞེན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེན་མོངས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ནི་རང་གི་སྤྱང་ལམ་ཁོ་ནས་ལན་ཅིག་རུ་སྤངས་ཏེ་ཟད་པར་  
 བྱེད་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ནི་ཡང་དང་ཡང་རུ་བྱད་པར་རུ་  
 འགྱུར་རོ། །གནས་སྐབས་རུ་ཞིག་བྱད་པར་རུ་འགྱུར་ཞེན། སྤང་བྱ་རང་  
 རང་གི་གཉིན་པོ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་སྦྱེས་པ་དང་། རྒྱན་ཞུགས་སོགས་འབྲས་  
 བུ་བཞི་ཐོབ་པ་སྟེ་གནས་སྐབས་ལྷ་དང་། དབང་པོ་རྩལ་པོ་དབང་པོ་  
 སྤངས་པས་རྣོན་པོར་འཕེལ་བ་སྟེ་གནས་སྐབས་རྒྱག་རྣམས་སུ་ཅི་རིགས་...  
 པར་འཐོབ་པོ། །གསུམ་པ་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བཞི་སྟེ། འབྲས་བུའི་  
 དབྱེ་བ། གང་གི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ། གང་ཟག་གང་ལ་ལྷན་པའི་ཚུལ།  
 གཏོང་ཐོབ་པོ། །དང་པོ་ནི། མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཡོངས་  
 ཤེས་གཉིས་ཏེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོངས་ཤེས་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་། སྤངས་  
 པའི་ཡོངས་ཤེས་ནི་སྤངས་པ་ཉིད་དེ། ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའི་དབང་གིས་ཡོངས་  
 ཤེས་ཞེས་བཏགས་སོ། །ཅི་སྤངས་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་ཤེས་གཅིག་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནམ་ཞེན། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དགྱུར་བྱེ་སྟེ། འདོད་པ་ན་མཐོང་སྤང་  
 དང་པོ་གཉིས་ཟད་པའི་ཡོངས་ཤེས་གཅིག་དང་། ས་དེར་འགྲོག་ལམ་  
 མཐོང་སྤང་གཉིས་ཟད་པ་ནི་ཡོངས་ཤེས་དེ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་འོ། །  
 འདོད་པའི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཡོངས་ཤེས་གསུམ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རུ།





ཁམས་གོང་མ་གཉིས་བསྐྱམས་པའི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཡངས་ཤེས་དེ་  
 ཡང་གསུམ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གོང་མའི་སྤྱག་ཀུན་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་  
 ཡངས་ཤེས་གཅིག་དང་། འགོག་ལམ་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་གཉིས་རེ་རེ་  
 ཟུང་བས་སོ། །སྒྲིམ་སྤང་སྤངས་པའི་ཡངས་ཤེས་གང་ཞེ་ན། མཐོང་སྤང་  
 སྤངས་པའི་ཡངས་སུ་ཤེས་པ་དེ་ལས་གཞན་གསུམ་ནི་སྒྲིམ་སྤང་སྤངས་པའི་  
 ཡངས་ཤེས་ཏེ། ཐ་མའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་སྤངས་པ་འདོད་པའི་སྒྲིམ་སྤང་  
 ཟད་པ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ཟག་པ་ཟད་པའི་ཡངས་ཤེས་དང་། ཟག་པ་  
 ཀུན་ཟད་པ་སྟེ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་སྤང་ཟད་པའི་ཡངས་ཤེས་དང་  
 གསུམ་མོ། །འདིར་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྤང་ཟད་པའི་ཡངས་ཤེས་གཉིས་  
 སུ་བྱེད་པ་ན་སྒྲིམ་སྤང་གི་གཉེན་པོ་མི་འདྲ་བས་ཡིན་ལ། གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་  
 མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཡངས་ཤེས་བསྐྱམས་པ་ནི། གཉེན་པོ་རྗེས་བཟོད་  
 སོགས་སུ་འདྲ་བས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། སྤྲུལ་བཟོད་  
 པའི་འབྲས་བུ་སྟེ། བཟོད་པ་ནི་ཤེས་པའི་འཁོར་ཡིན་པས་ཤེས་པའི་འབྲས་  
 བུའི་མིང་གིས་བཏགས་སོ། །ལྷག་མ་སྒྲིམ་སྤང་སྤངས་པའི་ཡངས་ཤེས་  
 གསུམ་ནི་ཤེས་པའི་འབྲས་བུའོ། །ས་གང་གི་འབྲས་བུ་ཡངས་ཤེས་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན། མི་ཚུགས་པ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡངས་ཤེས་ཐམས་ཅད་དོ། །  
 བྱེ་བྱག་སྤྱབ་ལྟར་ན། བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡངས་  
 ཤེས་ལྟ་སྟེ། བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུར་མི་འོང་ཆགས་  
 བཤམ་སྒྲིབ་འགྲོས་མཐོང་ལམ་བསྐྱེད་པ་ན་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་མཐོང་  
 སྤང་སྤངས་པ་གསུམ་དང་། སྒྲིམ་ལམ་བསྐྱེད་པ་ན་གཟུགས་ཀྱི་འདོད་  
 ཆགས་ཟད་པ་དང་། ཟག་པ་ཀུན་ཟད་ཀྱི་ཡངས་ཤེས་ཏེ་ལྟ་འཛོལ་པོ། །





འདྲོད་པའི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཡོངས་ཤེས་གསུམ་དང་། སྒྲིམ་སྤང་  
 སྤངས་པའི་ཡོངས་ཤེས་ནི་དངོས་གཞིའི་འབྲས་བུ་མིན་ཏེ། མི་ཚུགས་མེད་  
 གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་སོ། །བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲིགས་ནི་དངོས་གཞིའི་  
 འབྲས་བུ་བརྒྱད་ཏུ་འདྲོད་དེ། དེའི་ཆེ་སྟོན་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་  
 མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་གསུམ་གྱི་བྲལ་ཐོབ་ཟག་མེད་ཀྱང་རྟོན་པས་སོ། །ཐ་  
 མའི་ཆ་མཐུན་སྤངས་པ་ནི་དངོས་སུ་མི་ཚུགས་མེད་གྱི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེའི་  
 ཆེ་བྲལ་ཐོབ་རྟོན་ཀྱང་གོང་མའི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་དང་བསྒྲིམས་ནས་……  
 ཡོངས་ཤེས་གཅིག་ཏུ་བཞག་ཅེས་སོ། །ནམ་མཁའི་ཉེར་བསྟོན་གྱི་འབྲས་  
 བུ་ནི་གཟུགས་གྱི་འདྲོད་ཆགས་ཟད་པའི་ཡོངས་ཤེས་གཅིག་ཏུ་ཡིན་ཞིང་།  
 གཟུགས་མེད་དངོས་གཞི་དང་པོ་གསུམ་གྱི་ཡང་འབྲས་བུ་ཟག་པ་ཀུན་ཟད་  
 གཅིག་ཏུ་འོ། །ཡོངས་ཤེས་དགུ་པོ་ཐམས་ཅད་འཕགས་པའི་ལམ་ཟག་མེད་  
 གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་ཐ་མའི་ཆ་  
 མཐུན་ཟད་པ་དང་། གཟུགས་གྱི་འདྲོད་ཆགས་ཟད་པའི་ཡོངས་ཤེས་  
 གཉིས་སོ། །སྒྲིམ་ལམ་རྗེས་ཤེས་གྱི་འབྲས་བུ་ཡང་ཡོངས་ཤེས་ཐ་མ་གཉིས་  
 དང་། སྒྲིམ་ལམ་ཆོས་ཤེས་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲིམ་སྤང་སྤངས་པའི་ཡོངས་ཤེས་  
 གསུམ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིམ་ལམ་གྱི་འགོག་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་དེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན་པས་སོ། །ཤེས་པ་དེ་དག་གི་རྒྱུགས་གྱི་འབྲས་བུ་དྲུག་དང་ལྔ་  
 སྟེ། ཆོས་བཟོད་དང་ཆོས་ཤེས་དང་བཅས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཡོངས་ཤེས་  
 དགུ་ལས་གོང་མའི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཡོངས་ཤེས་གསུམ་མིན་པའི་……  
 ལྷག་མ་རྣམས་སོ། །རྗེས་བཟོད་རྗེས་ཤེས་དང་བཅས་པའི་འབྲས་བུ་ནི།  
 ཁམས་གོང་མའི་ཡོངས་ཤེས་ལཱོ། །གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱལ་མཐོང་སྤང་སྤངས་





པ་ནས་སྲིད་ཅེའི་སྒྲིམ་སྤང་ཆུང་བྱའི་ཆུང་བྱའི་བར་དུ་སྤངས་པ་རེ་རེ་ཡང་།  
 ཅེའི་ཕྱིར་ཡོངས་ཤེས་སྤྲུམ་བཞག་ཅེན། བཟོད་པའི་འབྲས་བྱ་བྲལ་བ་  
 ཡོངས་ཤེས་ནི་བྲལ་ཐོབ་ཟག་མེད་རྟེན་པ་དང་། སྲིད་ཅེའི་སྤྱགས་གཅིག་  
 ཉམས་པར་བྱས་པ་དང་། གྲུན་འགྲོའི་རྒྱ་རིས་དང་པོ་གཉིས་གྲུན་དུ་  
 བཅོམ་པ་སྟེ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་ཚང་བའི་ཕྱིར། ཡོངས་ཤེས་སྤྲུམ་འཛོག་པས་ན་  
 སྤྱག་གྲུན་མཐོང་སྤང་གཉིས་མ་སྤངས་བར་དུ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་མ་ཚང་བའི་  
 ཕྱིར། སྤྱག་གྲུན་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་གཉིས་བསྟོམས་ཤིང་། འགོག་ལམ་  
 མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་ལ་ནི་རེ་རེ་ལའང་རྒྱ་མཚན་གསུམ་ཚང་བས་སོ་སོར་...  
 བྱས་སོ། །སྒྲིམ་སྤང་སྤངས་པ་ལ་ནི་ཁམས་རེ་རེའི་སྤངས་བྱ་མཐའ་དག་  
 ལས་འདས་པ་ལས་ཡོངས་ཤེས་སྤྲུམ་འཛོག་པ་སྤངས་པ་རེ་རེ་ཡོངས་ཤེས་སྤྲུ་...  
 མ་བཞག་གོ། །གསུམ་པ་ནི། གང་ཟག་གང་ཡོངས་ཤེས་དུ་དང་ལྡན་ཞེན།  
 སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ནི་མཐའ་གཅིག་དུ་ཡོངས་ཤེས་དང་ལྡན་པ་མིན་ཏེ། བྲལ་ཐོབ་  
 ཟག་མེད་དང་སྲིད་ཅེའི་སྤྱགས་གཅིག་ཉམས་པ་མེད་པས་སོ། །མཐོང་ལམ་  
 ལ་གནས་པ་ནི་སྤང་ཅིག་མ་གསུམ་པའི་ཆོ། བྲལ་ཐོབ་ཡོད་ཀྱང་སྲིད་ཅེའི་  
 སྤྱགས་གཅིག་ཉམས་པར་བྱས་པ་མེད་ལ། སྤང་ཅིག་མ་ལྟ་པའི་ཆོ་བྲལ་  
 ཐོབ་དང་སྲིད་ཅེའི་སྤྱགས་གཅིག་ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་གཉིས་...  
 གྲུན་དུ་བཅོམ་པ་མེད་པས་ཡོངས་ཤེས་མི་ལྡན་ཞིང་། གྲུན་འབྱུང་ཆོས་  
 ཤེས་ལ་གནས་པས་ཡོངས་ཤེས་གཅིག་དང་། རྗེས་ཤེས་ལ་གནས་པས་  
 ཡོངས་ཤེས་གཉིས་དང་། འགོག་པ་ཆོས་ཤེས་ལ་གནས་པ་གསུམ་དང་།  
 རྗེས་ཤེས་ལ་གནས་པ་བཞི་དང་། ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་ལ་གནས་པ་ལྔ་དང་  
 ལྡན་པས་གཅིག་ནས་ལྟའི་བར་དང་། ཡང་དག་ལྡན་ཞེས་བྱའོ། །སྒྲིམ་ལམ་





ལ་གནས་པ་ནི་ཆགས་བཅས་ཡིན་ན་དང་པོ་དྲུག་གསུམ་ཕྱིར་མི་འོང་.....  
 གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བཅས་ནི་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་སྤངས་པ་གཅིག་གསུམ། ཡང་  
 དེ་གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བྲལ་ནི་དེ་དང་གཞུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ཟད་པ་.....  
 གཉིས་དང་ལྡན་ལ། དག་བཅོམ་པ་ནི་ཐ་མ་ཟག་པ་ཀུན་ཟད་པ་གཅིག་སུ་  
 དང་ལྡན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཞུགས་ཀྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཆགས་བཅས་དང་། དག་  
 བཅོམ་པའི་ཡོངས་ཤེས་རེ་རེར་བཞག་པ་ཅི་ཞིན། །ཁམས་ལས་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། །འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་སྟེ་རྒྱ་གཉིས་པོ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
 བསྐྱམ་པ་ན་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྲལ་ཐོབ་སོ་སོ་བ་བཏང་ནས་ཐུན་མོང་དུ་  
 གཅིག་ཆེད་པའི་ཕྱིར། སྤངས་པ་དེ་རྣམས་བསྐྱམས་ཏེ་ཡོངས་ཤེས་གཅིག་  
 ཏུ་འཛོག་ལ། རྒྱ་མཚན་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་གང་ཟག་དེ་གཉིས་ལ་སྤྲིད་པས་  
 སོ། །བཞི་པ་གཏོང་ཐོབ་ནི། གང་ཟག་གང་གིས་ཡོངས་ཤེས་དུ་ཞིག་འཐོབ་  
 ཅིང་གཏོང་ཞིན། ཕྱིར་མི་འོང་གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བཅས་སམ། དག་  
 བཅོམ་ལས་ཉམས་པ་ནི་གཅིག་གཏོང་སྟེ། སྤངས་པ་བསྐྱམས་པ་གཅིག་  
 ལྟན་པ་ཉིད་གཏོང་བས་སོ། །ཕྱིར་མི་འོང་གཞུགས་ཀྱི་ཆགས་བྲལ་ལས་  
 ཉམས་ན་གཞུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་ཟད་པའི་ཡོངས་ཤེས་གཏོང་ལ།  
 འདོད་པའི་ཆགས་བྲལ་ཅན་ལས་ཉམས་ན་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་སྤངས་པ་.....  
 གཅིག་སུ་གཏོང་རོ། །གཞུགས་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་གི་  
 འབྲས་བུ་ལ་འདོད་པའི་མི་དག་བས་ཉམས་པར་བྱས་པའི་ཆོན་གཉིས་.....  
 གཏོང་སྟེ། གཞུགས་ཀྱི་སྟོན་སྤང་དང་། མཐའ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་སྤངས་  
 པའི་ཡོངས་ཤེས་གཉིས་གཏོང་བས་སོ། །ཕྱིར་མི་འོང་ཆགས་བྲལ་སྟོན་འགྲོ་  
 ལམ་ལ་རྩེས་ཤེས་ལ་གནས་པ་ནི་ཡོངས་ཤེས་དང་པོ་ལྟ་གཏོང་ལ། མཐའ་







གྱིས་བས་ཐྱིར་མི་འད་ཐོབ་པ་ན་དང་པོ་དྲུག་གཏོང་ངོ་། །ཐོབ་པ་ན་ལྔ་  
མིན་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཐྱིར་མི་འད་གཟུགས་ལས་ཉམས་ན་གཅིག་དང་།  
གཟུགས་མེད་ལས་ཉམས་ན་གཉིས་དང་། འདྲོད་པའི་ཆགས་བྲལ་ལས་  
ཉམས་ན་དང་པོ་དྲུག་ཐོབ་པོ། །ཆོས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་  
རབ་གསལ་ལས་སྤ་རྒྱས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གནས་ལྔ་པའི་དོན་བཤད་་་  
པའོ། །

### གནས་དྲུག་པ་ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ་བཤད་པ།

གནས་དྲུག་པ་ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལམ་བཤད་པ།  
གང་ཟག་བཤད་པ། ལམ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་སྤངས་པ་ནི།  
ཡོངས་ཤེས་ཞེས་བཤད་པ་དེ་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བ་བསྐྱམས་པ་ལས་ཉོན་་་་  
མོངས་པ་སྤངས་པ་ཞེས་སྤར་བཤད་པའོ། །དེ་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བ་ནི།  
མཐོང་བའི་ལམ་དང་། སྐྱམ་པའི་ལམ་ཡིན་པས་དེ་དག་བསྟན་པའི་དོན་  
ཏུ་ལམ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལམ་གྱི་ངོ་པོ། ལམ་གྱི་དམིགས་པ། ལམ་སྟེ་  
བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མཐོང་སྐྱམ་གྱི་ལམ་དེ་དག་ཟག་བཅས་ཟག་  
མེད་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱམ་པའི་ལམ་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གཉིས་ཡིན་ལ། མཐོང་  
ལམ་ནི་སྤིང་ཆེའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པ་དང་། མཐོང་སྤང་དགུ་ཆར་སྤྱོད་བས་  
ཟག་མེད་ཁོ་ནའོ། །སྐྱམ་སྤང་ནི་གཞི་དང་བཅས་པས་བརྟན་པའི་ཐྱིར་  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་ཀྱང་ཅིག་ཅར་སྤྱོད་མི་རྣམས་པས་རིམ་  
གྱིས་སྤོང་ངོ་། །མངོན་པ་གོང་མ་བས་ནི་རྒྱན་ཞུགས་ཅིག་ཅར་པས་ཁམས་  
གསུམ་གྱི་སྐྱམ་སྤང་རྣམས་ཆེ་འབྲིང་དགུར་དེལ་ཏེ་ཆེན་པོ་སོགས་ཅིག་ཅར་



སྤྱིར་བར་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ནི། བདེན་པ་མཐོང་བ་  
 ཞེས་བཤད་ན་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། བདེན་པ་རྣམས་ནི་བཞི་སྟེ། སྤྱག་  
 བསྐལ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལོ། །དེ་ལ་  
 འབྲས་བུར་གྱུར་པ་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་ལོ། །རྒྱར་གྱུར་པ་འི་  
 ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ནི་ཀུན་འབྱུང་དང་། བྲལ་འབྲས་འདུས་མ་བྲས་ནི་  
 འགོག་པ་དང་། ཟག་མེད་འདུས་བྲས་ནི་ལམ་བདེན་ཏེ། ས་སའི་རོ་སོ་  
 སྤར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་བཞི་པོ་དེ་རྣམས་འདིར་རི་ལྟར་སྤར་  
 བྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་བཞིན་བསྟན་ཏོ། །དཔེར་ན་ཐོག་མར་  
 རྟ་མཐོང་ནས་དེའི་རྩུ་ལ་རྟོག་ལ་དེ་ནས་རྟ་བྱང་པ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་།  
 དེའི་ཐབས་སུ་སྤོན་ཆོལ་བ་བཞིན་དུ་ཆོགས་སྤྱོད་གྱི་དུས་སུ་སྤྱག་བསྐལ་.....  
 མཐོང་ནས་དེའི་རྩུ་ཀུན་འབྱུང་ལ་རྟོག་ལ། འགོག་པ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་།  
 དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཆོལ་བའི་རིམ་པས་རྟོགས་པར་བྲས་པས་མཐོང་ལམ་དུ་  
 སྤྱག་བསྐལ་སོགས་རིམ་པས་མཐོང་ངོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་  
 ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་གཟིགས་པ་བཞིན་བདེན་  
 པས། འཕགས་པའི་བདེན་པ་ལོ། །གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཆོར་བ་ནི་ཟག་  
 བཅས་ཀྱི་སྤྱགས་གཅིག་མ་ཡིན་ནམ། རི་ལྟར་ན་འདུ་བྱེད་ཟག་བཅས་  
 ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐལ་དུ་བརྗོད་ཅེ་ན། འདུ་བྱེད་ཟག་བཅས་མ་ལུས་པ་  
 ཆོས་ཅན། སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ཏེ། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་  
 མི་འོང་བ་དང་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པ་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཆོར་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྟོན་ས་རི་ལྟར་རིགས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་  
 སྤྱག་བསྐལ་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཉིད་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར།



འོ་ན་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་བ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཏུ་འགྱུར་བས།  
 འཛིག་ཉེན་ན་བདེ་བ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྐྱེའི་སྒྲོ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་བདེ་བའི་ཐ་སྙད་བྱས་ལ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟིགས་པ་ལ་  
 ལྟོས་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལོ། སྒྲོ་བ་དཔོན་ཨ་ཁུ་དེ་ལས་ནི། ཉར་ལེན་གྱི་ཕུང་  
 པོ་རྟག་པར་འཛིན་པ་དང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་བར་འཛིན་པ་  
 རྣམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མགོ་མཉམ་ཏུ་བཤད་དོ། ཟུབ་པས་བདེན་གཉིས་  
 གྲང་གསུངས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅི་ཞེ་ན། གང་ལ་ཐོབ་སྔགས་  
 ཀྱིས་བཅོམ་པས་དེའི་སྒྲོ་མི་འཇུག་པ་བྱམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། བཅོམ་པས་མི་  
 གཞོད་ཀྱང་སྒྲོ་ཡིས་གཟུགས་ལ་སྔགས་པའི་ཚོས་གཞན་དང་གཞན་ཏུ་.....  
 བསལ་ན་དེའི་སྒྲོ་མི་འཇུག་པ་ཆུ་བཞིན་ཏུ་ཡོད་པ་ནི་ཀྱན་རྒྱུ་ཅམ་ཏུ་ཡོད་  
 པ་སྟེ། དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ནི་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པ་གཟུགས་སྔགས་  
 ལྟ་བུའོ། གསུམ་པ་ལམ་གྱི་སྒྲེ་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། འཇུག་ཚུལ་མདོར་བསྟན།  
 སྒྲོ་མ་ཚུལ་ཀྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། བདེན་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་མཐོང་བར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། དང་པོར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ཏེ་བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་  
 མཐུན་པའི་ཐོས་པ་དང་། ཐོས་པའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསམ་པ་  
 དང་ལྡན་པས་སྒྲོ་མ་པ་ལ་རབ་ཏུ་སྦྱར་བའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་རབ་གསུམ་སྒྲིས་.....  
 པར་བྱེད་དོ། ཤེས་རབ་གསུམ་གང་ཞེ་ན། ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་  
 སྒྲོ་མ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲོ་སྟེ། ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་རྣམས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་  
 ཏུ། མིང་དང་མིང་དོན་གཉིས་ཀྱི་དང་། དོན་གྱི་ཡུལ་ཅན་ནོ་ཞེ་འོ། །འོ་ན་  
 བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་མིང་ལ་དམིགས་པའི་ཆ་ནས་ཐོས་བྱུང་དང་།  
 དོན་ལ་དམིགས་པའི་ཆ་ནས་སྒྲོ་མ་བྱུང་ཏུ་ཐལ་བས་བསམ་བྱུང་མི་རྟོན་.....





བར་འགྱུར་ཁེས་སྒྱུ་བརྩེད་ནས། སྤྱོད་དཔོན་གྱིས་ནི། ཡིད་ཆེས་པའི་  
 གསུང་རབ་ལས་སྒྲུས་པ་དང་། རིགས་པས་ངེས་པར་བསམ་པ་ལས་སྒྲུས་  
 པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྒྲུས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བཞེད་དོ། །གཉིས་པ་  
 ལ་གཉིས་ཏེ། རྟེན་སྦྲེལ་པ་པོའི་ཁྱད་པར། བསྐྱེད་བྱ་ལམ་གྱི་རིམ་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། སྦྲེལ་པ་པོ་གང་གིས་སྦྲེལ་པ་རི་ལྟར་རྒྱུགས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 ལྷན་འདུ་འཛི་དང་། སེམས་མི་དགེ་བའི་རྣམ་རྟོག་ལས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་  
 དང་ལྷན་ན་རྒྱུགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། འདོད་ཆེན་  
 ཅན་ལ་ནི་ལམ་སྒྲེ་བར་སྤྱོད་བཅིན་ཅིང་བསྒྲག་པ་སྤྱོད་པའོ། །གཉིས་པོའི་ཁྱད་  
 པར་ཅི་ཞེ་ན། ཆོས་མངོན་པ་བསམ་ནི། ཆོས་གོས་སོགས་གྱུ་ལྷན་པ་རྟེད་པ་  
 ལ་ཡང་ཡང་སྤྱོད་ཅིང་འདོད་པ་ནི་ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། ཆོས་གོས་སོགས་  
 མ་རྟེད་པ་ལ་རྟེད་པར་འདོད་ཆེན་ཅན་ལོ་ཞེ་པོ། །སྤྱོད་དཔོན་ནི་ངན་པ་  
 དང་ཁྱད་བརྟེད་པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ནི་ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། བཟང་བ་  
 དང་མང་བ་རྟེད་པར་འདོད་པ་ནི་འདོད་ཆེན་ཅན་ཏུ་བཞེད་དོ། །ཆོག་མི་  
 ཤེས་པ་དང་འདོད་ཆེན་ཅན་གཉིས་ལས། བསྒྲག་པ་ནི་དེ་དག་གི་གཉེན་  
 པོ་ཆོག་ཤེས་དང་། འདོད་ཚུང་ཡིན་ལ། གཉེན་པོ་དེ་གཉིས་ནི་ཁམས་  
 གསུམ་ཏུ་གཏོགས་པ་གསུམ་དང་། ཇི་མེད་ཀྱང་སྟེ་བཞིའོ། །རོ་པོ་ནི་མ་  
 ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ནོ། །ལམ་དེ་དག་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་གང་ཞེ་ན། འཕགས་  
 པ་སྟེ་ཟག་མེད་གྱི་ལམ་སྒྲེ་བའི་རིགས་བཞི་པོ་སྟེ་འདི་དག་ཀྱང་མ་ཆགས་.....  
 པའི་རང་བཞིན་ནོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། ཆོས་གོས་དང་། བསྐྱེད་སྦྲེལ་དང་།  
 མལ་ལྟན་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྦྲེལ་པ་ལ་  
 དགའ་བའོ། །བཞི་པོ་དེ་རྣམས་གྱི་དང་པོ་གསུམ་ནི་ཆོག་ཤེས་པའི་བདག་





ཉིད་ཡིན་ལ། ཐ་མ་ནི་ལམ་སྒྲིམ་པ་དང་། འགྲོག་པ་ཐོབ་པ་ལ་མངོན་པར་  
 དགའ་བའོ། སྲིད་པ་དང་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྦྱགས་  
 པས་འདི་དག་ལ་མ་ཆགས་པ་ཞེས་བྱའོ། འཇིགས་བཞི་པོ་དེས་དོན་གང་  
 བསྟན་ཞེན། དང་པོ་གསུམ་གྱིས་ཚུལ་བསྟན་ལ། ཐ་མས་ལས་བསྟན་ཏེ།  
 ཚུལ་འདི་ལ་གནས་ཤིང་ལས་འདི་བྱེད་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཚུལ་དང་ལས་འདི་ལྟ་བུ་བཅས་ཤེན། ཉེན་  
 གྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་གོས་སྟགས་ལ་སྲིད་པ་བཞིའི་གཉེན་པོའི་……  
 ཕྱིར་བྱ་སྟེ། བདག་གིར་འཛིན་པའི་དངོས་པོ་ཆོས་གོས་སྟགས་གསུམ་  
 འདོད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འདོད་པ་སྟེ་ཕྱི་  
 རང་གི་དངོས་པོ་ལ་སྲིད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ཚུལ་གྱིས་ནི་བདག་གིར་  
 འཛིན་པ་དེའི་བྱས་ཏེ་རེ་ཞིག་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། ལས་ཀྱིས་ནི་གཉིས་ཀ་  
 གཏན་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། གཉིས་པ་སྒྲིམ་བྱ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། ཞི་གནས་སྒྲིམ་ཚུལ་དང་། ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་ཚུལ་ལོ། འདྲ་པོ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། ཇི་ལྟར་འབྱུག་པའི་རིམ་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཇི་ལྟར་སྒྲིམ་  
 པའི་ཚུལ་ལོ། འདྲ་པོ་ནི། ཇི་སྒྲིམ་བསྟན་པའི་སྔོན་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་སྒྲིམ་པ་ལ་  
 ཇི་ལྟར་འབྱུག་ཅེན། དང་པོར་ཞི་གནས་བསྐྱབས་ཏེ། དེ་ནས་ལྷག་མཐོང་  
 སྒྲིམ་དགོས་པས་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་འབྱུག་པའི་ཚུལ་ནི། མི་སྦྱག་པ་སྒྲིམ་པས་  
 འབྱུག་པ་དང་། ཡང་ན་དབུགས་རྒྱབ་པ་དང་། འབྱུང་བ་བྲན་པ་ཡིས་  
 འབྱུག་གོ། གང་ཟག་གང་གིས་འབྱུག་ཅེན། འདོད་ཆགས་ལྷག་པ་མི་སྦྱག་  
 པ་སྒྲིམ་པ་དང་། རྣམ་རྟོག་ལྷག་པ་དབུགས་འབྱུང་རྒྱབ་བྲན་པ་སྟེ། འདིས་  
 རྣམ་རྟོག་གཅོད་པ་ནི་ཁ་ཅིག་ཡུལ་སྤུ་ཆོགས་ལ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར།





ཞེས་དང་། གཞན་དག་ཁ་ཕྱིར་མ་ལྟས་པས་སོ་ཞེས། །འདི་དག་ཀྱང་ཞེ་  
 སྤང་ཤས་ཆེ་བས་བྱམས་པ་དང་། གཏི་མུག་ཤས་ཆེ་བས་རྟེན་འབྲེལ་དང་།  
 ང་རྒྱལ་ཤས་ཆེ་བས་ཁམས་ཀྱི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་བསྐྱམས་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཆ་མཉམ་ནས་གདོད་ཞི་གནས་སྐྱེད་ལ། ཆ་མཉམ་པའམ་ཤས་ཚུང་བས་ནི་  
 དང་པོ་ཉིད་ནས་ཞི་གནས་སྐྱེད་པས་ཆོག་པར་བཤད་ཅིང་། ཤས་ཆེ་  
 བའང་དེ་ལྟར་ངེས་པར་མངོན་ཏེ། ཀུན་བརྒྱས་སུ་ཤས་ཆེ་བའི་དབྱེ་བ་  
 ལྟན་པ་ན་དེ་ལྟ་ལས་མ་བགངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མི་སྤྱག་  
 པ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིམ་ཚུལ། རྒྱང་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིམ་ཚུལ་སོ། །དང་པོ་  
 ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། འདོད་ཆགས་  
 བཞི་ལས་ཁ་དོག་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་རྣམ་པར་སྤྲོས་པ། རྣགས་པ།  
 བམ་པ། དམར་པ། ཆོག་པ་སྟེ་ལྟ་དང་། དབྱིབས་ལ་ཆགས་པ་ལ། རྩས་པ།  
 འཕྱོར་བ་དང་། རེག་བྱ་ལ་ཆགས་པ་ལ་འབྲས་གཞིག་པ་དང་། རྒྱས་པས་  
 རྒྱལ་བའི་ཀོང་རུས་དང་། བསྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པ་ལ་ཤི་རོ་གཡོ་བ་མེད་  
 པ་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲིམ་ལ། ཀོང་རུས་སྒྲིམ་པ་ནི་ཆགས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལ་ཆགས་པ་བཞི་ཀའི་གནས་མེད་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 མི་སྤྱག་པ་སྒྲིམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་གསུམ་ལས། དང་པོར་རང་གི་རྒྱང་  
 བའི་མཐེ་བོའམ། དཔལ་བའི་དབྱེ་བ་སོགས་གང་མས་སུ་ཤ་མུགས་ཤིང་  
 ཟགས་པས་རུས་པར་འབྱུར་པ་རིམ་གྱིས་རང་ལུས་ཀུན་དང་། རྒྱ་མཚོ་  
 བར་གྱི་ས་གཞི་ཀོང་རུས་ཀྱིས་གང་བར་མས་པས་སྒྲོ་ཞིང་སྤྱད་པ་ན་རང་གི་  
 ལུས་ཅན་ཀོང་རུས་སུ་སྒྲིམ་པ་ལས་དང་པོ་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དང་།  
 གཞན་དེ་དང་འདྲ་བ་ལ་བསྐྱས་པ་ན་ཀོང་རུས་པོར་ནས་ལྷག་མ་རུས་པར་



མས་པ་སོགས་ཐོད་པ་བྱེད་ཀྱི་བར་རིམ་གྱིས་བོར་ནས་ཐོད་པ་བྱེད་ཀྱི་བར་  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་སྤང་པ་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པར་བཤད་ལ། དེ་ཐོད་  
 བྱེད་ཀྱང་བོར་ནས་སྤོང་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་འཛིན་པ་ནི་ཡིད་ལ་.....  
 བྱེད་པ་རྩོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིན་ཞེས་གྲག་གོ། མི་སྤྱུག་པ་འདིའི་ངོ་  
 བོ་ཅི་ཡིན། ས་ནི་དུ། དམིགས་པ་ནི་གང་། རྟེན་གང་དུ་སྦྱེད་ཅེན། རོ་བོ་  
 མ་ཆགས་པའི་དགེ་བ་སྟེ། ས་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་དེའི་ཉེར་བསྟོགས་  
 བཞི་དང་། བྱང་པར་ཅན་དང་། འདོད་ཁམས་ཏེ་བརྩ་ནའོ། །དམིགས་པ་  
 བྱི་འདོད་པའི་སྤང་བ་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་དང་། རྟེན་ནི་སྤྲིང་གསུམ་  
 པའི་མི་ཁོ་ནས་སྦྱེད་དོ། །གཉིས་པ་རྒྱུད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིམ་ཚུལ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སུན་མོང་དུ་བསྟན་པ་དང་། བྱང་པར་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
 བྱི། དབུགས་རྩབ་པ་ནང་དུ་འཇུག་པ་དང་། འབྱུང་བ་མྱིར་འབྱིན་པ་དུན་  
 པའོ། །རོ་བོ་ཤེས་རབ་བོ། །འོན་ཀྱང་དུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྦྱེད་དགོས་  
 པས་དུན་པ་ཞེས་སྟོས་སོ། །ས་ནི་ཉེར་བསྟོགས་དང་པོ་གསུམ་དང་། བྱང་  
 པར་ཅན་དང་། འདོད་པ་དང་ལྷན་ཡོད་དོ། །ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་  
 ལྷན་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་པར་གཤིང་བའི་རྣམ་རྟོག་དང་མི་མཐུན་པས་བདེ་.....  
 སྤྱུག་དང་མི་ལྷན་ནོ། །བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་མི་བརྟེན་ཏེ།  
 དབུགས་ཀྱི་ས་མ་ཡིན་པས་སོ། །གང་ལ་དམིགས་པའི་སྦྱོད་ལུལ་ནི་རྒྱུད་རོ་།  
 རྟེན་ནི་འདོད་པའི་སྤྲོ་མའི་རྟེན་ཅན་དང་། དེ་ཡང་ཆོས་འདི་པ་ཁོ་ན་ལ་  
 ཡོད་ཀྱི་ཕྱི་པའི་རྟེན་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་པ་ལ་ལྷང་མེད་ཅིང་བདག་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཆོས་ཟབ་མོ་མི་རྟོགས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་  
 དབྱེ་བ། ལུལ་གྱི་ངོ་བོ། ལུལ་ཅན་གྱི་བྱང་པར་ནོ། །དང་པོ་བྱི། བཟང་བ་



ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་རྒྱག་གོ། །རི་སྐང་དུ། བགང་དང་རྩེས་འགོ་འཛིག་པ་  
 དང་། རྟོག་པ་དང་ནི་བསྐྱར་པ་དང་། །ཡོངས་དག་ནམ་པ་རྒྱག་ཏུ་འདོད། །  
 ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །དང་པོ་ནི། མང་ན་གཡེངས་ཤིང་ཁུངས་ན་ཁྱུམ་པར་  
 འཁྱར་བས་འབྱུང་རྒྱབ་དག་གཅིག་ནས་བརྩའི་བར་བགང་ལ། དེ་ལའང་  
 གཉིས་ལ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་ན་མ་ཆང་བ་དང་། གཅིག་ལ་གཉིས་སུ་འཛིན་  
 ན་ལྟག་པ་དང་། རྒྱབ་པ་ལ་འབྱུང་བའམ། འབྱུང་བ་ལ་རྒྱབ་པར་འཛིན་  
 ན་འཆོལ་པར་བགངས་པ་སྟེ། རྒྱུན་དེ་གསུམ་སྤངས་ཤིང་། བར་དུ་ཡེངས་  
 ན་གཞི་ནས་སྤངས་ཏེ། ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བྱའོ། །ཉན་སར་ནི།  
 དེ་དེ་ནས་ཟུང་དུ་དང་། རྩེས་སུ་མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པར་གོང་ནས་  
 གོང་དུ་སྦྱིད་དེ་བགངས་པ་སོགས་དུ་མ་བཤད་དོ། །རྩེས་འགོ་ནི་རྒྱང་འདི་  
 རྣམས་ཐག་རི་སྐང་དུ་འབྱུང་འཇུག་ལུས་ཀྱན་ལ་བྱབ་པའམ། འགའ་ཞིག་  
 ཏུ་རྒྱ་ཞེས་དང་། འཇུག་པ་ན་མགོན་པ་དང་། སྦྱིང་ག་དང་། རྟེ་བ་དང་།  
 བསྐྱ་དང་བྱིན་པ་དང་། ཀླང་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རྩེས་སུ་འགོ་ལ། འབྱུང་  
 བ་ན་མཐོ་གང་དང་འདོམ་གང་གི་བར་དུ་འོ་ཞེས་རྟོག་པའོ། །འཛིག་པ་ནི་  
 རྒྱང་ནོར་བུའི་ཐག་པ་ལྟར་སྣ་ཅེ་ནས་རྒྱང་པའི་བར་དུ་གནས་པར་ལྟ་ཞིང་།  
 ཅི་འདི་རྣམས་ཕན་པ་བྱེད་པའམ་གཞི་དཔ་བྱེད་པའམ་གང་ངམ་དོ་ཞེས་  
 རྟོག་པའོ། །ཁྱད་པར་བཞི་པ་རྟོག་པ་ནི་འདི་རྣམས་རྒྱང་འབའ་ཞིག་མ་  
 ཡིན་གྱི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འཁྱར་གྱི་གཟུགས་དང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་  
 པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱང་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་ལུང་པོ་ལྟ་ལ་རྟོག་པའོ། །ལྟ་  
 པ་བསྐྱར་བ་ནི་རྒྱང་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་བསྐྱར་ཏེ་ཆོས་མཆོག་གི་བར་དུ་  
 གོང་ནས་གོང་དུ་དགོ་བ་སྦྱང་པའོ། །རྒྱག་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ནི་མཐོང་







སྒྲིམ་ལ་འཇུག་པའོ། །གཉིས་པ་ལུལ་གྱི་བྱང་པར་ནི། དབུགས་རྩབ་པ་དང་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་ལུས་གྱི་སྒྲིགས་གཅིག་ཡིན་པས་ས་གང་ལས་ལུས་...  
 འབྱུང་བ་དེའི་ས་པའོ། །འགྲོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེས་པས་སེམས་ཅན་རྩ་  
 རྟོན་པ་དང་། དབང་པོ་དང་ཆོགས་པ་ཐ་དད་པས་མ་ཟིན་པ་དང་། རྒྱ་  
 མཐུན་ལས་བྱུང་གི། རྒྱས་པ་དང་རྣམ་སྒྲིམ་ལས་མ་བྱུང་སྟེ། ལུས་རྒྱས་པ་  
 ར་འགྲིབ་ཅིང་ཆད་ནས་མཚམས་སྦྱར་བས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། རང་ས་དང་  
 གང་སའི་སེམས་ཀྱིས་རྟོགས་ཀྱི་འོག་མའི་ཡིད་རྟུང་ལམ་པ་འཕུ་སྤུལ་སེམས་...  
 ཀྱིས་གང་མའི་འབྱུང་འཇུག་དེ་གཉིས་མི་རྟོགས་སོ། །ཞི་གནས་སྒྲིམ་ཚུལ་  
 བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོགས་ལམ་  
 སྒྲིམ་ཚུལ། སྦྱར་ལམ་དང་། བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ལམ་མོ། །  
 དང་པོ་ལ་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་བཤད་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཇི་སྐད་  
 བསྟན་པའི་འཇུག་སྒྲིམ་པ་གཉིས་ཀྱིས། ཞི་གནས་བྱུང་པར་གྱུར་པའི་  
 ཕྱིར་ལྷག་མཐོང་གི་ལམ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་  
 བསྒྲིམ་པར་བྱ་ཞེ་ན། གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལུས་དང་། ཆོར་བའི་སྤང་པོ་  
 དང་། སེམས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། ཆོས་ནི་སྤང་པོ་གསུམ་དེ་དག་  
 ལས་གཞན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་འབྱུང་  
 བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་དང་། ཆོར་བ་དང་སེམས་དང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་  
 རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་དང་། ཟག་  
 བཅས་ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་པ་དང་  
 བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། རང་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་སྤྱོད་ས་སྤྱོ་  
 བརྟགས་པ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་གཉིས་ཏེ། དྲན་པ་





ཉེར་བཞག་ཐུན་མོང་གི་ཆོས། ཉེ་བྲག་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གི་སྒྲིམ་  
 རྒྱལ་ལོ། །དང་པོ་ནི་མདོ་ལས། ལུས་ལ་ལུས་ཀྱིས་རྒྱས་སྤྱ་བ་ཞེས་  
 གསུངས་པས། རོ་བོ་ཤེས་རབ། དེ་ཡང་ཐོས་པ་དང་སོགས་པས་བསམ་པ་  
 དང་། བསྐྱེམས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་སྒྲིམ་ཐོབ་ནི་མ་ཡིན་ལ། དྲན་པ་  
 ཞེས་སྒྲིམ་པ་ནི། དམིགས་ལྷུལ་ལ་དྲན་པའི་སྟོབས་ཉེ་བར་འཛོག་པར་བྱེད་  
 པས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ཅེས་སོ། །གཞན་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་  
 ཆོར་བ་སོགས་ནི་འབྲེལ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ལྷུལ་ནི་དམིགས་པ་ལས་དྲན་  
 པ་ཉེར་བཞག་གི་ཐ་སྙད་བྱས་སོ། །གོ་རིམ་ནི་རི་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་བཞིན་  
 ཏེ། ལྷུལ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་རགས་པས་རགས་པ་དང་བྲ་བ་རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་  
 མཐོང་བའི་རིམ་པས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞིར་ངེས་ཤེ་ན།  
 ལུས་གཙང་བ་དང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་། སེམས་རྟག་པ་དང་། ཆོས་ལ་  
 བདག་རྒྱ་རྟོག་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིའི་གཉེན་པོར་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་  
 གོ་རིམ་བཞིན་རྒྱ་བསྟན་པས། མི་མཐུན་སྦྱགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བཞིར་ངེས་སོ། །  
 དྲན་པ་ཉེར་བཞག་དང་པོ་གསུམ་ནི་མ་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ།  
 ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ནི་ཆོས་ཁམས་ཁོ་ན་ལ་ལྟ་ན་མ་འདྲེས་པ་ལ་.....  
 དམིགས་པ་དང་། ལུས་དང་ཆོར་བ་སོགས་གཉིས་སམ་གསུམ་མམ་བཞི་ཀ་  
 ལ་ལྟ་ན་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལུས་སོགས་སོ་  
 སོ་ལ་དམིགས་པའི་དྲན་པ་ཉེར་བར་བཞག་སྤྲ་མ་གསུམ་གོམས་པར་བྱས་.....  
 བས། དེའི་རྒྱས་སྤྱ་གང་ཟག་དེ་ནི་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་པ་ལུས་དང་  
 ཆོར་བ་སོགས་དམིགས་པ་ཀུན་ནས་འདྲེས་པ་ལ་དམིགས་པ་ལ་གནས་ཏེ།  
 དམིགས་པ་དེ་རྣམས་མི་རྟག་པ་དང་། ལྷག་བསྐུལ་བ་དང་། སྒྲིང་པ་དང་



བདག་མེད་པ་བཞི་ལྟོ། གཉིས་པ་སྦྱར་ལམ་ལ་བཞི་སྟེ། སྦྱོར་པའི་ཚུལ་  
 རོ་ཤོ། བྱད་པར་ཅན་གྱི་ཆོས། སྦྱོར་པའི་ཚུལ་། བྱད་པོ་ནི། ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་  
 བཞག་དེ་ལྟར་གོམས་པ་དེ་ལས་རིམ་གྱིས་དྲོ་བར་གྱུར་པ་འབྱུང་སྟེ། ཉན་  
 མངས་པའི་བྱད་ཤིང་སྟེག་བྱེད་ཟག་མེད་ཀྱི་མེད་ལྷ་ལྷས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་་་་  
 རོ། རྒྱ་བ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆགས་པས་བདེན་བཞིའི་སྦྱོད་ལུལ་ཅན་ཏེ། རྒྱ་པ་  
 མི་རྟག་སྟགས་བཅུ་དྲུག་ཏུ་ལྟོ། རྒྱ་བ་རྒྱུང་འབྱུང་ཆེན་པོ་རིམ་གྱིས་  
 འཕེལ་བ་ལས། ཅེ་མོ་སྦྱོར་སྟེ། དག་བའི་ཅ་བ་གཡོ་བའམ་ཉམས་སྟོང་པའི་  
 ཅེ་མོ་ཡིན་པས་དེ་སྐད་རོ། ཅེ་མོ་དེ་ཡང་དམིགས་རྒྱུ་དྲོད་དང་འབྱུང་ལ།  
 བྱད་པར་ནི་ཆོས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་མིང་གཞན་ཏུ་བཏགས་སོ། རྒྱ་བ་ཅེ་  
 གཉིས་ཀ་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གིས་དང་པོར་བདེན་པའི་རྒྱ་པར་་་་་་  
 གཏོད་དེ། འགོད་ཅིང་འབྱུག་པར་བྱེད་ལ། ལུས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་  
 སྟགས་གཞན་གསུམ་གྱིས་འཕེལ་བར་ཏེ་གོམས་པས་བྱང་བར་བྱེད་དོ། ཅེ་  
 མོ་དེ་རྒྱུང་འབྱུང་ཆེན་པོ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་བ་ལས་བཟོད་པ་སྦྱོར་སྟེ། ཡོངས་  
 ལྷ་མི་ཉམས་པའི་སྦྱོར་པས་བདེན་པ་ལ་ཆེར་བཟོད་པས་དེ་སྐད་རོ། རྒྱ་བ་ཅེ་  
 ནི་རྒྱུང་འབྱུང་གཉིས་ཉམས་སྟོང་པས་སོ། རྒྱ་བ་གསུམ་ལས་རྒྱུང་འབྱུང་  
 རྒྱ་པ་གཉིས་ནི་དམིགས་རྒྱུ་དྲོད་། རྒྱ་པ་གཏོད་ཚུལ་ཅེ་མོ་དེ་བཞིན་  
 ལ། བྱད་པར་ནི་བཟོད་པ་གསུམ་ཆར་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གིས་འཕེལ་  
 བར་བྱེད་ཀྱི་གཞན་གྱིས་མིན་ཏེ། ཆོས་མཆོག་དང་ཉེ་བས་སོ། བཟོད་པ་  
 ཆེན་པོ་ནི་འདོད་པར་གཏོགས་པའི་སྦྱག་བསྐལ་གྱི་ལུལ་ཅན་ཡིན་ལ་དྲོད་་་་  
 སྟགས་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་སྦྱག་བསྐལ་སྟགས་ལ་དམིགས་སོ། བཟོད་  
 ཆེན་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཁོ་ནའོ། བཟོད་ཆེན་དེ་བཞིན་ཏུ་



ཆོས་མཆོག་ཀྱང་འདྲོད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྐད་ཅིག་  
 གཅིག་སྟེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱན་གྱི་མཆོག་ཡིན་པས་འཇིག་རྟེན་ཆོས་  
 མཆོག་སྟེ། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་མེད་པར་རྒྱས་པའི་རྩལ་གྱིས་འཕགས་ལམ་  
 འདྲེན་པས་སོ། །དྲོད་སྤྱགས་རྣམས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གི་རང་བཞིན་ཡིན་  
 པས་གཙུག་པོ་ཤེས་རབ་སྟེ། བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིམ་པ་སྤྱགས་གཟུགས་སུང་  
 ཡང་ཡོད་པས་འཁོར་དང་བཅས་ན་སུང་པོ་ལྟོ། །འོན་ཀྱང་སྐབ་པ་ནི་  
 དྲོད་སྤྱགས་སུ་མ་གཏོགས་ཏེ། ས་མ་བོར་བར་དུ་འཕགས་པ་ལ་དེ་མངོན་  
 དུ་འགྱུར་བས་དྲོད་སྤྱགས་ཀྱང་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་བས་སོ། །དེ་ལ་  
 དེས་འབྱེད་ནི་མཐོང་ལམ་སྟེ། དེས་མཐོང་སྤང་སྤང་ཞིང་བདེན་བཞི་  
 གཏན་ལ་ཕབ་ནས་རྣམ་པར་འབྱེད་པས་སོ། །དེའི་ཆ་ནི་སྤྱགས་གཅིག་སྟེ་  
 མཐུན་པ་ནི་དེ་ལ་ཕན་པའོ། །ཡང་མཐའ་གཅིག་དུ་དེས་པས། དེས་འབྱེད་  
 ཅིས་སྦྱར་ལམ་དུ་བཤད་པའང་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ངོ་བོ་ནི། སྦྱར་ལམ་  
 བཞི་ཆར་གྱི་མཉམ་བཞག་གི་ངོ་བོ་ནི་སྒྲིམ་བུང་སྟེ། ཐོས་བསམ་ལས་བུང་  
 བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་བདེན་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་མཉམ་བཞག་ཉིད་གྱི་  
 དབང་དུ་བྱས་གྱི་སྦྱར་སྦྱར་ལམ་ན་ཐོས་བསམ་སྤྱགས་སྒྲིམ་བུང་མིན་པའི་  
 དགོ་བ་དུ་མ་ཡོད་པའང་སྦྱར་ལམ་ལས་མི་འདའ་སྟེ། ཐར་ལམ་ཡིན་ལ་  
 ལམ་གཞན་མ་ཡིན་པས་སོ། །གསུམ་པ་བྱད་པར་ལ། ས་ནི་མི་སྤྱགས་མེད་  
 པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་  
 དང་། ས་དུག་པ་ཁོན་སྟེ་འདྲོད་པར་མཉམ་པར་མ་བཞག་གི་ཉེར་  
 བསྒྲགས་གོང་མ་གསུམ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མི་སྤྱིད་ལ། གཟུགས་  
 མེད་འདྲོད་པ་ལ་མི་དམིགས་པས་སོ། །བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲིག་ལྟར་ན།



རྟོན་ཅེ་གཉིས་འགྲོ་འདོད་པ་ན་ཡང་ཡོད་པས་ས་བདུན་པ་འོ། ། རྟོན་ནི་  
 བཞི་ཆར་ཡང་འདོད་པའི་རྟོན་ཅན་ཉིད་དེ། དང་པོ་གསུམ་གསར་དུ་སྤྱིང་  
 གསུམ་གྱི་མི་ཁོ་ནས་བསྐྱེད་ཅིང་སྐྱེས་ཟིན་ལྟར་ཡང་མངོན་དུ་བྱེད་ལ། །  
 བཞི་པ་ནི་འདོད་ལྟར་ཡང་གསར་དུ་བསྐྱེད་དོ། ། དེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་  
 དང་པོ་གསུམ་ནི་སྐྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་གཉིས་ཀྱི་རྟོན་ཅན་འཛོལ་སྟེ།  
 བན་ཚུན་ཆེ་འདིར་མཚན་གྱུར་པ་འཇ། ཆེ་གཞན་དུ་ལུས་སྤངས་པ་འོ། །  
 ཆོས་མཆོག་ནི་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྐྱེད་ན་སྐྱེས་པ་དང་གཉིས་ཀྱི་རྟོན་ཅན་.....  
 དང་། སྐྱེས་པས་བསྐྱེད་ན་སྐྱེས་པ་ཁོ་ནའི་རྟོན་ཅན་གྱི་ཐོབ་པ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། དེ་ཐོབ་ནས་བྱད་མེད་ནི་སྐྱེས་པར་འགྱུར་སྲིད་ཅིང་སྐྱེས་པ་  
 བྱད་མེད་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་དེ། དེ་མ་ཐག་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་ལ། འཕགས་  
 པ་བྱད་མེད་དུ་མི་སྐྱེ་བ་ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཡིན་པས་སོ། ། དེ་བཞི་ཇི་ལྟར་  
 གཏོང་ཞེན། འཕགས་པས་དེ་བཞི་དག་གང་དུ་སྐྱེད་པའི་ས་དེ་པོར་ཏེ་  
 འཕོས་པས་གཏོང་གི་གཞན་དུ་མིན་ལ། འཕགས་མིན་སྐྱེ་བོ་ནི་ས་འཕོ་  
 རུང་མི་འཕོ་རུང་འཆི་བས་ཏེ། རིས་མཐུན་བཏང་བ་ཉིད་ཀྱིས་གཏོང་ངོ་། །  
 དེར་མ་ཟད་སོ་སྐྱེས་རྟོན་ཅེ་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་ཀྱང་གཏོང་ལ།  
 བཟོད་མཆོག་ལས་ནི་སོ་སྐྱེའང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་མེད་དོ། ། བསམ་གཏན་  
 གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོན་སོགས་བསྐྱེད་པས་ནི་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་.....  
 བདེན་པ་དེས་པར་མཐོང་སྟེ། འཁོར་བ་ལས་ཡིད་འབྱུང་ཤས་ཆེ་བས་སོ། །  
 རྣམ་པར་ཉམས་པས་ཐོབ་ན་སོ་སོ་ཐར་པ་བཞིན་སྤྲོད་མེད་པ་ཁོ་ན་འཛོལ་  
 གྱི་སྤྲོད་བཏང་བ་ནི་མི་ཐོབ་སྟེ། མ་འདྲེས་པ་དང་འབད་མེད་སྐྱབ་དགོས་  
 པས་སོ། ། རྣམ་ཉམས་དང་ཡོངས་ཉམས་འདི་དག་གི་ངོ་བོ་གང་ཞེན།



ཉམས་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་མི་ལྡན་པ་སྟེ། ཐོབ་པ་བཏང་ནས་མ་ཐོབ་པ་  
 བསྐྱེད་པ་པོ། །དེ་ལ་ཡོངས་ཉམས་ནི་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། རྣམ་  
 ཉམས་ནི་ཐོབ་པ་བཏང་བ་ཐམས་ཅད་དོ། །དེ་ཡང་མཐོང་ལམ་ཐོབ་ནས་  
 སོ་སྟེ་ཉམས་པ་ལྟ་བུ་ཡོན་ཏན་གྱིས་བྱས་པ་དང་། ལོག་ལྟས་དག་ཅ་རྣམ་  
 པར་ཉམས་པ་ལྟ་བུ་ཉེས་པས་བྱས་པ་གཉིས་སོ། །ཅེ་མོ་ཐོབ་པ་ནི་མཆོམས་  
 མེད་བྱེད་པ་སྲིད་ཀྱང་དགེ་བའི་ཅ་བ་ཀུན་རྒྱ་མི་ཆད་ལ། བཟོད་པ་ཐོབ་པ་  
 ནི་རྣམ་པར་ཉམས་ཀྱང་ངན་སོང་རྒྱ་མི་འགོ་སྟེ། དེར་འགོ་བའི་ལས་ཉོན་  
 ཐག་བསྲིངས་བས་སོ། །གཞན་ཡང་ཉེས་པ་རྒྱ་མ་ལས་གོ་ལ་བར་བཤད་དོ། །  
 ཉན་ཐོས་སོགས་ཀྱི་རིགས་ཐ་དད་པས་སྦྱར་ལམ་རྣམས་རིགས་གསུམ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟོད་ཅེ་གཉིས་སྒོ་བ་མ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ལས་བསྐྱེད་ནས་སངས་རྒྱུས་  
 སུ་འཇུག་སྲིད་ལ། བཟོད་པ་ཐོབ་ནས་ནི་མིན་ཏེ། དེ་ངན་འགོར་མི་འགོ་  
 ལ་བྱང་སེམས་ནི་བསམ་བཞིན་རྒྱ་འགོ་བས་སོ། །སངས་རྒྱུས་ལས་གཞན་  
 རང་རྒྱལ་རྒྱ་ནི་བཟོད་པ་དང་གསུམ་ཀ་ཐོབ་པ་ཡང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་.....  
 ལས་བསྐྱེད་ནས་འབྱུག་གོ། །སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་དང་བསེ་རྒྱ་ལྟ་བུ་ནི་སྦྱར་  
 ལམ་ཐོབ་ནས་མི་བསྐྱེད་སྟེ། མི་སྦྱག་པ་འཕམ། རྟོད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་མི་གཡོ་བ་དང་གསལ་བས། བསམ་གཏན་གྱི་མཐའ་བཞི་པ་  
 ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་སྟན་ཐོག་གཅིག་ལ་ཀུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པས་སོ། །རང་  
 རྒྱལ་ཆོགས་སྦྱོང་ནི་རྟོད་ཅེ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་རང་ལམ་ལས་བསྐྱེད་ཅེས་.....  
 དམིགས་ཀྱི་བཀའ་བས་བཟོད་པ་ཐོབ་ནས་མི་བསྐྱེད་གོ། །དེས་ན་འདི་ནི་  
 ཉན་རང་བྱང་སེམས་གསུམ་ངེས་འབྱེད་ཆ་བཞི་གང་ནས་རིགས་ངེས་པའི་  
 ས་མཆོམས་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །མངོན་པའི་སེམས་ཅམ་པ་ནི་མ་ངེས་པའི་





རིགས་ཅན་གྱི་ཉན་རང་གཉིས་ཀ་ལྷག་མེད་རྩ་མ་ཞུགས་བར་རྩ་སངས་.....  
 རྒྱས་སུ་འགྱུར་ལ། དེས་པའི་རིགས་ཅན་ནི་གདོད་ནས་རང་རང་གི་བྱང་  
 རྩལ་དེས་པ་ནི་ཡང་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ཅིང་། དབུ་མ་པ་ནི་ལྷག་མེད་ནས་  
 གྲང་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བས་ཉན་རང་ལ་གནས་སྐབས་ཙམ་མ་ཡིན་པ་.....  
 མཐར་ཐུག་གི་རིགས་དེས་པ་མི་བཞིན་དོ། །བཞི་པ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་ནི།  
 ཅི་ཆེ་དང་པོ་ཁོན་ལ་སྦྱར་བ་བྱས་ཏེ། སྦྱར་ལམ་བསྐྱེད་དམ་ཞེ་ན་དེ་ལྟ་  
 མོད་གྱི་སྦྱར་ལམ་དེའི་སྟོན་རྩ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐུར་བ་ནི་སྤྲིད་པ་གསུམ་གྱིས་ཐར་ཏེ། ས་ཐོན་འདེབས་  
 པ་དང་ལྷ་གྲ་སྦྱོབ་དང་། འབས་བྱ་སྒྲིབ་པ་ལྟར་ཆེ་དང་པོ་ལ་ཆོགས་ལམ་  
 དང་། གཉིས་པ་ལ་སྦྱར་ལམ་དང་། གསུམ་པ་ལ་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་དོ། །  
 རྒྱལ་བའི་སྐས་སུ། ཆོ་སྤྲུལ་ལ་ཆོགས་བསགས་པ་ནི། ཆོ་གཉིས་པ་ལ་སྦྱར་  
 ལམ་དང་འཕགས་ལམ་གཉིས་ཀ་བསྐྱེད་པར་བཤད་དོ། །བྱིམ་བདག་  
 དཔལ་སྦྱེས་སོགས་རྩ་མ་ལུང་རྩ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆེ་དེ་དག་བར་མ་  
 ཆད་རྩ་འབྱུང་བར་མ་དེས་ཏེ། དེའི་ཐར་པའི་ས་ཐོན་བསྐལ་པ་རྩ་མས་  
 ཆོད་པ་སྤྲིད་པས་སོ། །དེ་ཡང་ཐོས་བསམ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་སྦྱོམ་བྱུང་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞི་གནས་གྲུབ་ནས་ལྷག་མཐོང་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་སྦྱོམ་པར་  
 བཤད་པས། སྦྱོམ་བྱུང་ཡང་ཡོད་ལ་ཐོས་བསམ་རྩ་བཤད་པ་ནི་ཤས་ཆེ་བ་  
 ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་མོ། །རོ་བོ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་ལས་  
 གསུམ་མོ། །ཐར་པའི་ཆ་ནི་སྦྱགས་གཅིག་ཡིན་ལ་མཐུན་པ་ནི་ཕན་པས་ཏེ།  
 ཐར་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་དགེ་བའོ། །སྦྱར་ལམ་སོགས་དེ་ཡིན་ཀྱང་ཐར་  
 པའི་རྒྱར་མ་གྱུར་པའི་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་གྱི་སྦྱོན་སོགས་ལས་ཁྱད་པར་





དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱི་མིང་སྒྲིལ་ལ་བཏགས་པའོ། །དེ་ཡང་ཤེས་རབ་གསལ་བ་  
 དང་། འཁོར་བ་ལས་ཡིད་འབྱུང་བ་ཤས་ཆེ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པས་སྤྱིར་  
 གསུམ་གྱི་མིའི་ནང་ནས་འཕེན་གྱི་གཞན་ནས་ནི་མིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཅི་  
 རིགས་སུ་མེད་པས་སོ། །ཐེག་ཆེན་དུ་ནི་ལྟ་དང་སྤྱད་དང་དམུལ་བ་སོགས་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པར་བཤད་པས་གཞན་ནས་འཕེན་ནོ། །གསུམ་པ་བདེན་པ་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ལམ་ལ་བཞི་སྟེ། སེམས་གྱི་སྐྱད་ཅིག་བཅུ་དྲག་སྟེ་  
 ཚུལ། མངོན་རྟོགས་གསུམ་དུ་བསྟན་པ། ས་གང་ལ་བརྟེན་པ། སེམས་བཅུ་  
 དྲག་དུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་མཚོག་ལས་ཆོས་  
 བཟོད་ཟག་པ་མེད་པ་སྐྱེད་ལ། དེ་ནི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དམིགས་  
 ཤིང་དེ་སྐྱེས་ནས་འཕགས་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལས་ནི་དམིགས་པ་དེ་ནིང་ལ་  
 ཐེ་ཆོས་དང་བུལ་བའི་ཆོས་ཤེས་སྐྱེད། འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དམིགས་  
 བས་བཟོད་ཤེས་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷག་མ་ཁམས་གོང་མ་.....  
 གཉིས་གྱི་སྤྱག་བདེན་ལ་རྗེས་བཟོད། དེ་ལས་རྗེས་ཤེས་སྐྱེད། །བདེན་པ་  
 གཞན་གསུམ་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་ཤེས་བཞི་བཞི་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་བས་དེ་  
 ལྟར་ན་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་འདི་སེམས་གྱི་སྐྱད་ཅིག་བཅུ་དྲག་གོ། ཆོས་  
 བསྐྱེད་པའི་སྟེ་པ་ལ་སོགས་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་དང་། མང་པོས་བཀྱར་བ་  
 རྗེས་ཤེས་བཞི་པོར་བ་བཅུ་གཉིས་སུ་སྤྱོད། །གཉིས་པ་ནི། མངོན་པར་  
 རྟོགས་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། དག་སྤྱིར་དག་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐོང་བའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས། ཟག་མེད་  
 གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་མཐོང་བ་མངོན་རྟོགས་...  
 དང་། བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དམིགས་པ་མངོན་







རྟོགས་དང་། ལྷག་བསྐལ་ཤེས། ཀྱན་འབྱུང་སྤྱང་། འགོག་པ་མངོན་དུ་  
 བྱེད། ལམ་སློམ་པ་སྟེ་བདེན་བཞི་རྟོགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ནི་བྱ་བ་མངོན་  
 རྟོགས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་གཙུག་པོ་ཤེས་རབ་གསུམ་ཀ་ཡིན་ལ། །  
 གཉིས་པ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཐ་མ་ནི་  
 མཚུངས་ལྡན་མ་ཡིན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་མཚན་ཉིད་སྟེ་སྟགས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་སྤྲུལ་མ་ནི་མངོན་རྟོགས་གསུམ་ཀ་ཡིན་ལ། །གཉིས་པ་ནི་ཐ་མ་གཉིས་  
 གྱི་བདག་ཉིད་དོ། །ཐ་མ་ནི་བྱ་བ་མངོན་རྟོགས་ཁོ་ནའོ། །རྟོགས་ཚུལ་ནི་  
 མངོན་གསུམ་ལས་དཔེའི་སྟོན་པ་བདེན་བཞི་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་གསུངས་  
 ཏེ། མགོན་མེད་ཟུང་གིས་བྱིན་གྱིས་ཁྱེས་པར། །ཁང་པ་ཅིགས་པའི་ཆང་དང་  
 ཅིག་པ་དང་། སྤུམ་ལ་སྟགས་པའི་དཔེ་དང་། དག་སྤྱང་གིས་ཁྱེས་པར།  
 བང་རིམ་བཞི་པའི་ཐེམ་སྐྱས་དང་། ཀྱན་དགའ་བོས་ཁྱེས་པར། སྐྱས་  
 གདང་བཞི་ལ་རིམ་གྱིས་འཛིག་དགོས་པའི་དཔེས་བསྟན་ཏོ། །གསུམ་པ་ས་  
 གང་ལ་བརྟེན་པ་ནི། བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་དེ་ནི་ཆོས་མཚན་དང་ས་  
 གཅིག་སྟེ། བསྐྱུ་བ་ལས་བསམ་གཏན་ས་བྱུག་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་པ་ལྟར་  
 རོ། །ཡང་རྒྱན་ཁྱེས་དང་ཕྱིར་མི་འོང་གཉིས་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་ནི་མི་  
 ལྟོགས་མེད་པ་དང་། ཆགས་བྲལ་སྟོན་འགྲེལ་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་ནི་  
 ཉེར་བསྟོགས་མིན་པས་ལྷག་མ་ལྟ་དང་། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་ལམ་ནི་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བཞི་པ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་  
 པ་རེ་རེའི་ཡུལ་ཅན་ལ་བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་གཉིས་གཉིས་འཛིག་པ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་  
 པ་གཙོད་པ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་། སྤལ་བའི་ཐོབ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་སྟེ།





བ་ཆམ་གྲོལ་ལམ་སྟེ། ཀུན་པོ་འབྱེན་པ་དང་སྒོ་འཕར་གཙོན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་ཡང་བདེན་པ་རེ་རེ་ལ་འདོད་པའི་མཐོང་སྤང་དང་། གོང་མའི་མཐོང་  
 སྤང་རེ་རེ་ཡོད་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པ་ལ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་ཆམ་གྲོལ་གྱི་  
 ལམ་གཉིས་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་དབྱེ་བས་བརྩུག་ཏུ་བསྟན་ནོ། །ཅི་  
 སེམས་བརྩུག་པོ་ཐམས་ཅད་མཐོང་ལམ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བརྩུག་པོ་  
 དེ་ལས་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་བཙུ་ལྟེ་བདེན་པ་སྤར་མ་མཐོང་བ་མཐོང་.....  
 བས་མཐོང་ལམ་ཡིན་ལ། བརྩུག་པ་ནི་མཐོང་བ་གོམས་པར་བྱེད་པས་  
 སྒོམ་ལམ་ཡིན་ནོ། །བརྩུག་པ་དེས་ལམ་ལ་ཇེས་བཟོད་མ་མཐོང་བ་  
 མཐོང་བྱར་ཡོད་དོ། །ཞེ་ན། སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་མ་མཐོང་བས་བདེན་པ་  
 མ་མཐོང་བར་མི་འཇུག་སྟེ། ཉག་མ་གཅིག་མ་ཇས་པས་ཞིང་མ་ཇས་པར་  
 མི་འཇོག་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་ཤེས་པ་གཞན་བདུན་ཡང་མཐོང་ལམ་མིན་  
 པར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། ལམ་ལ་ཇེས་བཟོད་མ་སྟེས་པ་དེ་སྤིང་ཏུ་བདེན་པ་  
 ཀུན་མཐོང་བ་མ་ཇོགས་པས་མཐོང་ལམ་ཏུ་འཐད་དོ། །ཆོས་བཟོད་བཞི་  
 ཁོ་ནས་མཐོང་བ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། ཇེས་ཤེས་མ་སྟེས་པར་དེ་ཙམ་གྱིས་  
 མཐོང་བ་མི་ཇོགས་ཤིང་། དེ་སྟེས་པ་ན་བདེན་པ་ཆམས་ལ་ཤེས་པ་རི་སྟེང་  
 པ་ཇོགས་ཏེ། དེ་ཕན་ཆད་བདེན་པ་ཆམས་ལ་མ་ཤེས་པ་ཤེས་པར་བྱ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །ཞེས་བཞེད་དོ། །སྐད་ཅིག་གི་ཚད་ནི་བྱ་ཇོགས་གྱི་  
 སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་གྱི་རྣམས་མཐའི་སྐད་ཅིག་ལ་ནི་བྱ་བྱེད་དང་བྲལ་ལོ། །  
 གཉིས་པ་གང་ཟག་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། གང་ཟག་བྱུང་བཞི་བཤད།  
 ཆམ་གྲངས་བདུན་ཏུ་དབྱེ། ཇེས་བརྩུག་ཏུ་བསྟན་བཤོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 སྤྱིའི་དོན་དང་། གཞུང་གི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་ལ་གནས་





པའི་འབྲས་བུ་དང་། གང་གནས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་པ་ཞག་གོ། །དང་པོ་  
 ལ་འབྲས་བུ་ནི། དགེ་སྦྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། དགེ་སྦྱང་གི་ཚུལ་ནི་  
 ཟག་མེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྟེ། འོན་དམ་པའི་དགེ་སྦྱང་དུ་བྱེད་པའི་  
 ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་ནི་གཉིས་ཏེ། འདུས་བྱས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
 དང་། འདུས་མ་བྱས་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་གོ། །ཕྱི་ན་རྒྱན་ཞུགས་ནས་  
 དག་བཙམ་པའི་འབྲས་བུའི་བར་བཞིན། །རྒྱས་པར་བྱེན་མཛོང་སྤང་  
 སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་བརྒྱད། སྦྱོར་སྤང་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་བརྒྱད་ཅུ་གྱ་  
 གཅིག་སྟེ། བརྒྱད་ཅུ་ཙུང་དགུའོ། །ཁམས་གང་ལ་འབྲས་བུ་དུ་ཐོབ་ཅེན།  
 འབྲས་བུ་དང་པོ་གསུམ་ནི་འདྲོད་པའི་རྟེན་ལ་འཛོལ་སྟེ། སྤུང་གཉིས་  
 འདྲོད་པ་ལས་མ་གྲོལ་བས་འཛོལ་པའི་ཕྱིར་དང་། མཐར་གྱིས་པའི་ཕྱིར་  
 མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ནི་འདྲོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤྱང་བའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་.....  
 གྱིས་ཐོབ་ལ། ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ནི་མཛོང་  
 ལམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཐ་མ་དག་བཙམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཁམས་གསུམ་  
 ཆར་གྱི་རྟེན་ལ་ཐོབ་པོ། ཇི་སྐད་དུ། འདྲོད་པར་གསུམ་ཐོབ་ཐ་མ་ནི། །  
 གསུམ་དུ་འོག་ན་མཛོང་ལམ་མེད། །ཅིས་སོ། །ས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཐོབ་ཅེན། འབྲས་བུ་དང་པོ་གཉིས་ནི་མི་སྦྱོགས་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ།  
 འདྲོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་མ་བྲལ་བའི་སེམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། འབྲས་  
 བུ་མཐར་གྱིས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཡང་མི་སྦྱོགས་མེད་ལ་བརྟེན་...  
 ཏེ། འདྲོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤྱང་བའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་ཐོབ་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ནི་དང་པོའི་རྟེན་  
 བསྟོགས་མ་གཏོགས་པས་ལྷག་མ་ལྷ་གང་དུང་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནོ། །འཇིག་





ཉེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གང་གིས་ཐོབ་ཅི་ན། ཟུན་  
 རྒྱགས་དང་དག་བཙམ་པའི་འབྲས་བུ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 ལམ་ཁོ་ནས་ཐོབ་དགོས་ཏེ། སྤྱི་ཚེའི་མཐོང་སྤང་དང་སྒྲོམ་སྤང་གཉིས་ནི་  
 གཉེན་པོས་ཐོབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་བར་པ་གཉིས་ནི་ཞི་གནས་  
 ཤས་ཆེར་སྤྱད་པས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་ལ། ལྷག་མཐོང་ཤས་  
 ཆེར་སྤྱད་པས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པས་གཉིས་ཀས་  
 ཐོབ་ཅིས་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པ་དག་སྤྱོད་གི་  
 ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་མེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་  
 ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲོན་གྱི་མཐོང་ལམ་གྱི་བྲལ་ཐོབ་དང་ལྷན་  
 ཅིག་བསྐྱེད་ནས་དག་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུར་འཇོག་པས་སྒྲོན་མེད་དོ། །  
 རི་སྐང་དུ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཐོབ་འབྲས་ནི། བསྐྱེད་དང་ཟག་མེད་ཐོབ་  
 འཇིན་ཕྱིར། ཅིས་སོ། །གཉིས་པ་གང་གནས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་བཞག་ནི་  
 གཞུང་གིས་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 ཟུན་ལྷགས་ལྷགས་པ་བཤད། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་བཤད། འབྲས་བུ་  
 མཐར་གྱིས་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་དང་རྣམ་པོ་  
 དག་མཐོང་ལམ་སྐད་ཅིག་བཙུ་པོ་དེ་དག་ཏུ་རིམ་པས་དད་པའི་རྗེས་་་་  
 འབྲང་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲོན་གཞན་གྱིས་དྲིན་གྱིས་  
 དོན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དང་། སྒྲོན་བདག་ཉིད་ཁོ་ནས་མདོ་སྟགས་དོན་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པས། དེ་གཉིས་སྒྲོན་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་སྒྲོམ་  
 སྤང་ཡི་མ་སྤངས་ན་འབྲས་བུ་བཞིའི་དང་པོ་ཟུན་ལྷགས་ལ་ལྷགས་པ་དེར་  
 མ་ཟད་མཐོང་ལམ་གྱི་སྒྲོན་དུ་འདོད་ཉོན་དང་པོ་ནས་ལྷའི་བར་ཅི་རིགས་་་་





སུ་བཅོམ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལྷགས་པ་  
 དང་། འབྲས་གནས་སོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་བཅོ་ལྷ་ལ་གནས་  
 པའི་གང་ཟག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོན་འདོད་པའི་སྒྲོམ་སྤང་རྒྱག་པ་ནས་དགུ་པ་...  
 ཚུན་ཆད་བརྒྱད་པའི་བར་ཟད་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་གཉིས་འབྲས་སུ་གཉིས་པ་...  
 ཕྱིར་འོང་ལ་ལྷགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་སྒྲོན་འདོད་ཉན་དགུ་པ་སྤངས་  
 པས་འདོད་པའམ་ཡང་ན་གོང་མ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་བར་ལ་འདོད་ཆགས་...  
 དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་གསུམ་པ་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་སུ་ལ་ལྷགས་པ་...  
 ཡིན་ནོ། །གོང་མ་བ་ནི་ལྷགས་པ་དེ་གསུམ་སྒྲིབ་ལམ་སྟན་གཅིག་པ་ནས་  
 འཛིན་པར་མངོན་ཏེ། སེམས་ཀྱིས་པའི་རྒྱན་ལྷགས་ལྷགས་པ་དེ་ནས་བཟུང་  
 བའི་རིགས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་དེ་དག་གང་ཞིག་སྐད་ཅིག་  
 བཅོ་ལྷའི་ཆེ་འབྲས་སུ་དང་པོ་གསུམ་པོ་གང་ལ་ལྷགས་པ་ཡིན་པ་དེ་ནི་...  
 སེམས་བརྒྱུག་པ་ལ་དེའི་འབྲས་སུ་ལ་གནས་པ་སྟེ། རྒྱན་ལྷགས་འབྲས་  
 གནས་དང་ཕལ་ཆེར་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་...  
 དང་། འདོད་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་ཞེས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དགྲ་བཅོམ་ནི་བརྒྱུག་པའི་ཆེ་མི་ཐོབ་སྟེ། དེའི་ངོ་སྤལ་གྱི་  
 སྤང་བྱ་གྲིང་ཆེའི་སྒྲོམ་སྤང་ནི། མཐོང་ལམ་གྱིས་མི་སྤྲོད་ལ། སྒྲོན་དུ་འཇིག་  
 རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཀྱང་སྤང་མི་རུས་པས་སོ། །འབྲས་སུ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆེ་  
 དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་པོ་དག་དང་པས་མོས་པ་དང་། མཐོང་བས་ཐོབ་པ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། དད་པ་ལྷག་པས་མོས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ལྷག་པས་མཐོང་  
 བས་སྟེ་བའོ། །གསུམ་པ་འབྲས་སུ་མཐར་གྱིས་པ་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 རྒྱན་ལྷགས་ལྷགས་གནས་དང་། ཕྱིར་འོང་ལྷགས་གནས་དང་། ཕྱིར་མི་





འོང་ཞུགས་གནས་དང་། དག་བཅོམ་ཞུགས་གནས་སོ། །དང་པོ་ཞུགས་པ་  
 བཤད་ཟིན་ལ། འབྲས་གནས་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟན། སོ་སོར་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་རྣམ་པ་ལྷ་སྤངས་ཀྱང་སེམས་བརྩུ་བྱ་པ་ལ་  
 གནས་པ་ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཅི་ཞེན། དེས་དེའི་ཆེ་རྒྱ་  
 ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཅམ་ཐོབ་ཀྱི་འབྲས་བྱའི་ཁྱད་པར་གྱི་ལམ་ཐོབ་པ་མེད་  
 པ་དེའི་ཕྱིར། འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་གཞན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་འབྲས་བྱ་  
 གཞན་ཐོབ་པར་བྱ་བ་ལ་མི་བཙོན་པ་དེ་ནི་དེ་ལ་ཞུགས་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 རྒྱགས་ཀྱིས་ནི། འབྲས་བྱ་ཕྱི་མ་ཐོབ་དོན་དུ་སྤང་བྱ་སྤྱང་བ་ལ་བཙོན་པ་ན་  
 ཕྱི་མ་ལ་ཞུགས་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བྱ་གཞན་གཉིས་ལའང་སྤྱར་རོ། །  
 དེས་ནི་འབྲས་བྱ་ཕྱི་མ་གསུམ་ལ་གནས་པ་ལའང་ཅམ་པོ་དང་ཁྱད་པར་  
 ཅན་གཉིས་གཉིས་ཡོད་པར་བསྟན་ཏོ། །ཕྱིར་མི་འོང་ཆགས་བྲལ་སྤྱོད་  
 འགྲེའི་མིང་དོན་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ལ་ནི་མེད་དོ། །ས་དང་པོ་འདོད་  
 པ་ནས་སྤྱིད་ཆེའི་བར་ན་སྤང་བྱ་ཉེས་པ་རྣམ་པ་དགུ་རེ་ཡོད་ཅིང་དེ་བཞིན་  
 དུ་གཉེན་པོ་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་དགུ་རེ་ཡོད་དེ། ཇི་ལྟར་ཞེན། ཚ་བའི་  
 དབྱེ་བ་རྒྱུད་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རེ་རེ་ལའང་རྒྱུད་དུའི་  
 རྒྱུད་དུ་སོགས་གསུམ་གསུམ་ཐ་དད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ལམ་རྒྱུད་  
 རིམ་གྱིས་སྤང་བྱ་ཆེ་རིམ་ནས་སྤྱིད་ཏེ། དང་པོར་ལམ་ཆེན་པོ་མི་སྤྱིད་པས་  
 དང་། ཕྱིས་ལམ་ཆེན་པོ་སྤྱིས་པ་ལ་སྤང་བྱ་ཆེན་པོ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། ལྷང་  
 བས་ལྷན་པ་སེལ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འཕགས་ལམ་རྒྱུད་དུས་ཀྱང་ཉོན་  
 མོངས་ཆེན་པོ་རྩད་ནས་འབྱེན་པས། ཆོས་དཀར་པོ་རྣམས་སྟོབས་དང་  
 ལྷན་གྱི་ནག་པོ་རྣམས་ནི་མིན་ཏེ། དུས་རིང་པོར་བསགས་པའི་ནད་སྤྱོད་





སྤྱན་གཅིག་གིས་འབྲེན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱུན་ཞུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
 ལ་རྩ་ཡོད་ཅེན། སྤྱི་བ་ལེན་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྲིད་པ་ལན་བརྟན་པ་དང་།  
 རིགས་ནས་རིགས་སྦྱོར། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ཏེ། སྲིད་པ་ལན་བརྟན་  
 པར་ངེས་པ་དང་། སྲིད་པ་ལན་བརྟན་པའི་རིགས་ཅན་ནོ། །དང་པོ་ནི།  
 སྤྱི་བ་སྲིད་པ་ལན་བརྟན་ལྷོང་ངེས་ཀྱི་ལས་བསགས་པ་འབྲས་བུ་ལ་གནས་་་་  
 པ་སྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཟད་པའི་སྲིད་པ་ལན་བརྟན་  
 པའོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱུན་ཞུགས་རེ་ལྟར་ཐོགས་ན་སྲིད་པ་ལན་བརྟན་པའོ། །  
 དེ་པན་ཆད་མི་ལེན་པས་དེ་ལྟར་ཐོགས་ན་ཞེས་རྒྱལ་པོ་སྤྲས་སོ། །འདི་ལ་  
 མདོ་མེ་པས་ནི་སྦྱ་ངེ་བཞིན་རྩ་བརྟན་ཉིད་ལེན་ཅིང་དེ་ཡང་མིའི་རྟེན་ལ་་་་  
 བདེན་པ་མཐོང་བ་ནི་ལྟར་ལན་གསུམ་མིར་ལན་གསུམ་འཁོར་ནས་ལྟའི་་་  
 རྟེན་ལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་ལ། ལྟའི་རྟེན་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བ་ཡང་མིར་  
 ལན་གསུམ་དང་ལྟར་ལན་གསུམ་འཁོར་ནས་མིའི་རྟེན་ལ་མྱ་ངན་ལས་་་་་  
 འདའ་བར་འདོད་དོ། །ཁྱེ་བྲག་སྤྱོད་པ་མི་དང་ལྟ་དང་དེ་དག་གི་བར་དོ་  
 བརྟན་བརྟན་ཏེ་ཉེར་བརྒྱད་ལེན་པ་ཡང་བརྟན་ཚན་རྩ་བརྟན་བས་དེ་སྤྲད་་་  
 བཛོད་དེ། གནས་བརྟན་ལ་མཁས་པའི་དགེ་སྤྲོད་དང་ཤིང་ལོ་མ་བརྟན་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གནས་བརྟན་ནི། གཟུགས་དང་། དེ་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། དེ་  
 འགྲོགས་པ་དང་། དེ་འགྲོགས་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་དང་། དེའི་རོ་མུང་བ་དང་།  
 ཉེས་དམིགས་དང་། རེས་འབྱུང་རྣམ་པ་ཡང་དག་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་  
 བཞིན་རྩ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བར་ལའོ། །འོ་ན་ལྟ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་གང་སྲིད་  
 པ་བརྒྱད་པ་འགྲུབ་པ་གནས་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ངེ་ལྟར་ཞེན། འགྲོ་  
 བ་གཅིག་རྩ་མི་འགྲུབ་པ་ལ་དགོངས་སོ། །འོ་ན་འོག་མིན་དང་སྲིད་ཅེའི་





བར་དུ་འཕོ་བ་ལྟ་ཉིད་དུ་སྲིད་པ་བརྟུང་ལས་མང་བ་ལེན་པ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།  
 འདྲིང་ཁམས་སུ་མི་འགྲུབ་པ་ལ་དགོངས་པས་མི་འགལ་ལོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །སྒྲུ་  
 མཆེད་གཉིས་ཀྱང་འདི་ལྟར་བཞེད་དེ། འདྲ་སྤངས་པ་རྣམས་ལྟ་རྣམས་སུ་  
 ལན་བདུན་མི་རྣམས་སུ་ལན་བདུན་ཞེས་སོ་སོར་ཡང་འདྲོན་པས་འདི་ལ་...  
 མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་སྒྲིབ་དཔོན་གྱིས་བྱེ་བཀ་སྒྲུབ་པའི་  
 གཞུང་བཅུགས་པ་དང་། ཉན་སར་ལྟ་དང་མིར་ལན་བདུན་བདུན་དུ་  
 མཆོམས་སྒྱུར་ཞིང་ཞེས་པས་སོ། །འདི་རྣམས་ནི་མིའི་རྟེན་ལ་རྒྱུན་ཞུགས་  
 ཐོབ་ན་མིའི་རྟེན་ལ་ཐུང་བ་ལས་འདའ་ཞིང་། ལྟའི་རྟེན་ལ་ཐོབ་ན་ལྟའི་  
 རྟེན་ལ་འདའ་བར་བཞེད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྲིད་པ་བརྟུང་པ་མི་འགྲུབ་ཅེ་ན།  
 དུས་དེ་སྲིད་གྱིས་རྒྱུད་སྒྲིབ་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྤུལ་གོམ་པ་བདུན་པ་  
 དང་རིམས་ཉིན་བཞི་པ་བཞིན་ནོ། །བར་སྐབས་སུ་ཡང་འཕགས་པའི་ལམ་  
 མངོན་དུ་བྱེད་ཅིང་ཐུང་བ་ལས་མི་འདའ་སྟེ། དེ་སྲིད་དུ་སྲིད་པ་ལྟར་བའི་  
 ལས་གྱི་སྒྲིབས་སྐྱེད་པས་སོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བདུན་ཆོན་ལེན་ངེས་པ་སྟེ།  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་ཤལ་ཞེས་པ་ཡང་རྒྱུན་ཞུགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་ཤལ་ལན་...  
 བདུན་པར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། ལན་བདུན་པའི་ཐ་ཤལ་ཞེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེས་ན་ཅ་ཆོག་སྤྲུལ་མས་ནི་ངེས་པའི་གང་ཟག་བསྟན་ལ། འགྲེལ་པར་  
 མཆོག་དུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི་མ་ངེས་པས་མ་...  
 བརྗོད་དོ་ཞེས་འབྲུང་བ་ནི་སྲིད་པ་ཉི་ཤུ་ཅ་བརྟུང་ལེན་ངེས་སུ་མ་བརྗོད་...  
 ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །སྤྱིར་གང་ཟག་དེ་དང་དེའི་རིགས་ཅན་དུ་མ་ཡོད་པ།  
 སྤངས་རྟོགས་དང་སྒྲིབ་ལེན་ཚུལ་སོགས་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་ངེས་པས་ཚུལ་  
 འདི་ལྟ་བུའི་ཞེས་བཞག་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་རགས་པ་ཅོམ་







ཞིག་སྒྲིམ་སྟེ། གཉིས་པ་རིགས་ནས་རིགས་སྒྲིའི། རྒྱུ་ཞུགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 སྒྲིམ་ལམ་ཟག་མེད་ཀྱིས་འདྲ་པའི་སྒྲིམ་སྤང་གསུམ་མམ་བཞི་ལས་གྲུ་  
 ཞིང་དེའི་གཉེན་པོ་ཟག་མེད་ཀྱི་དབང་པོ་གསུམ་མམ་བཞི་ཐོབ་ལ། འདྲ་  
 པའི་ཆེ་རིགས་མཐུན་གཉིས་སམ་གསུམ་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་བཞི་བཅི་ལེན་  
 པ་ནི་རིགས་ནས་རིགས་སྒྲིའོ། ཇི་ལ་ལྟའི་རིགས་ནས་རིགས་སྒྲིའི་འདྲ་  
 ལྟའི་རྟེན་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བས་འདྲ་ལྟར་ལན་གཉིས་སམ་གསུམ་སྒྲིས་  
 ནས་བྱ་རྒྱུ་ལས་འདའ་བའོ། ཁིའི་རིགས་ནས་རིགས་སྒྲིའི་ཁིའི་རྟེན་ལ་  
 བདེན་པ་མཐོང་བ་མིར་ལན་གཉིས་སམ་གསུམ་སྒྲིས་ནས་བྱ་རྒྱུ་ལས་.....  
 འདའ་བའོ། ཆེ་འདི་ལ་ལྟ་སྤང་པ་འམ་སྤངས་པ་ནི་རིགས་ནས་རིགས་སྒྲི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ལྟ་པ་སྤངས་ན་རྒྱལ་པ་འང་སྤང་བར་ངེས་པས་ལན་ཅིག་ཕྱིར་  
 འོང་བྱ་འགྱུར་བས་སོ། ཇི་ནི་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ལྟར་འབྲས་བྱ་  
 ཐོབ་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་གཅིག་གིས་གོགས་བྱ་བར་མི་རུས་ཏེ།  
 ཁམས་ལས་འདའ་མི་དགོས་པས་སོ། ཁ་ཅིག་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་  
 གཅིག་གམ་གཉིས་ལས་གྲུ་ལ་བ་ནི་ཆེ་ལྟའམ་རྒྱལ་ལེན་ནོ་ཞེས་སྒྲིབ་ནི་ཅ་.....  
 བའི་དགོངས་པ་མིན་ཞིང་། མ་ངེས་པའི་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་དང་ཁྱད་  
 པར་མེད་པ་ཉིད་བྱ་འགྱུར་རོ། འདི་དག་ནི་བྱ་རྒྱུ་ལས་འདས་པའི་ལམ་  
 གྱི་རྒྱུ་ཞུགས་ཞེས་བྱ་སྟེ་སྤྱི་མིང་བྱེ་བྲག་ལ་བཏགས་པའོ། གཉིས་པ་ཕྱིར་  
 འོང་ལ་གཉིས་ཏེ། ཞུགས་པ་དང་། འབྲས་གནས་སོ། ཇིང་པོ་ནི། རྒྱུ་  
 ཞུགས་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་འདྲ་པའི་སྒྲིམ་སྤང་གཅིག་ནས་ལྟའི་  
 བར་བྱ་བཅོམ་པ་དང་། རྒྱལ་པ་སྤང་པའི་སྒྱུར་བ་ལ་གནས་པ་ནི། འབྲས་  
 བྱ་གཉིས་པ་ལ་ཞུགས་པའོ། གཉིས་པ་ལ་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་ནི། འདྲ་







མི་འོང་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་ཡིན་ལ། བཙུན་པས་ན་ཁྱད་པར་ཅན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། ཟུར་མི་འོང་ཆོ་དེ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མ་སྤངས་  
 པ་གཟུགས་སུ་ཉེར་འགྲོ་དང་། དེ་སྤངས་ཀྱང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་  
 མ་སྤངས་པ་གཟུགས་མེད་ཉེར་འགྲོ་དང་། ཆོ་དེ་ལ་ཟག་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཟད་པར་བྱེད་པ་མཐོང་ཆོས་ཞི་དང་། ཟུར་མི་འོང་གི་དབྱེ་བ་དུ་མ་བཤད་  
 པ་དང་། འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཐོབ་པ་ལུས་མངོན་བྱེད་དོ། །དང་པོ་  
 གཟུགས་སུ་ཉེར་འགྲོ་ལ་ལྟ་སྟེ། གཟུགས་སུ་སྟེ་བའི་ཀུན་སྦྱར་སྤངས་ཤིང་  
 མངོན་པར་འབྱུང་པའི་ཀུན་སྦྱར་མ་སྤངས་པར་བར་དོར་འདུལ་བ་སྟེ།  
 ཟུར་བ་དང་། ཟུར་བ་མིན་པ་དང་། རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཐུང་ན་ལས་འདུལ་  
 བ་སྟེ་གསུམ་མོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱར་གཉིས་ཀ་མ་སྤངས་པ་གཟུགས་སུ་  
 སྟེས་ནས་འདུལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བས་སྟེས་མ་ཐག་  
 འདུལ་བ་དང་། ལམ་ལ་བཙུན་ཡང་ལམ་ངང་གིས་མི་འབྱུང་བས་ཆོ་  
 དཀྱིལ་ཅམ་ན་ཐུང་འདས་ཐོབ་པ་འདུ་བྱེད་དང་བཅས་པར་འདུལ་བ་……  
 དང་། ལམ་ལ་ཆེད་ཆེར་མི་བཙུན་ཡང་ལམ་ངང་གིས་འབྱུང་བས་ཆེའི་  
 མཇུག་དུ་ཐུང་འདས་ཐོབ་པ་འདུ་བྱེད་མེད་པར་ཐུང་ན་ལས་འདུལ་བ་……  
 དང་། གང་དུ་དང་པོར་སྟེས་པ་དེ་ཉིད་དུ་མི་འདུལ་བར་གནས་གོང་མར་  
 སོང་ནས་ཐུང་འདས་ཐོབ་པ་གོང་དུ་འཕོ་བ་རྣམས་སོ། །སྟེ་མཆེད་གཉིས་  
 བོ། འདུ་བྱེད་མེད་པར་འདུལ་བ་སྟོན་དུ་བསྟན་ནས། འདུ་བྱེད་དང་  
 བཅས་ཏེ་འདུལ་བ་བྱིས་བསྟན་ཏེ། གོ་རིམ་བརྒྱུག་ནས་འཆད་དོ། །གོང་ནི་  
 འོག་མིན་དང་སྲིད་ཅེ་ཡིན་ལ། འཕོ་བ་ནི་དེར་འགྲོ་བ་སྟེ། གོང་འཕོ་དེ་ནི་  
 ལྷག་མཐོང་ཤས་ཆེར་སྦྱང་པ་འོག་མིན་འགྲོ་དང་། ཞི་གནས་ཤས་ཆེར་





སྤྱད་པ་སྤྱད་ཅེར་འགྲོ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱ་བསམ་གཏན་སྤེལ་མ་  
 བསྐྱམས་ནས་འོག་མིན་དུ་འགྲོ་སྟེ། མིའི་རྟེན་ལ་བསམ་གཏན་བཅོ་ལྔ་སྤེལ་  
 རྣམ་བསྐྱམས་པ་ལས་བསམ་གཏན་གོང་མ་གསུམ་ལས་ཉམས་ནས་ཆངས་  
 རིས་སུ་སྦྱེས་ཏེ། དེར་སྔོན་གོམས་པའི་དབང་གིས་བཅོ་ལྔ་སྤེལ་དུ་བསྐྱམས་  
 ཤིང་། ཤི་ནས་བར་གྱི་གནས་གཞན་རྣམས་དོར་ཏེ་འོག་མིན་དུ་སྦྱེས་ནས་  
 འདའ་བ་ནི་འཕར་བ་དང་། ཆངས་རིས་ནས་གནས་གཅང་མ་དང་པོ་  
 གསུམ་པོ་གང་ཅུང་དུ་སྦྱེས་ཏེ། དེ་ནས་མཐར་འོག་མིན་དུ་སྦྱེས་ནས་  
 འདའ་ན་ཐུང་འཕར་བ་དང་། ཆངས་རིས་ནས་བཟུང་སྟེ་གཟུགས་ཀྱི་  
 གནས་གཞན་བཅུ་དྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་དུ་ལན་རེ་རེ་སྦྱེས་ཏེ་མཐར་འོག་.....  
 མིན་དུ་ཐུང་འདས་ཐོབ་པ་ནི་གནས་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་བའོ། །  
 ཆངས་ཆེན་དུ་མི་སྦྱེ་སྟེ། ལྷ་བ་ངན་པའི་གནས་ཡིན་པ་དང་། གཙ་པོ་  
 གཅིག་དུ་ཟད་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། སོ་སོ་སྦྱོ་བའི་རྒྱལ་པོའི་  
 འཁོར་དུ་དག་བཅོམ་པ་དུ་མ་འབྱུང་བ་ཡང་གསུངས་པས་སྦྱབ་བྱེད་འདི་  
 ལ་སྤྱིང་པོ་མི་སྤང་ངོ་། །རྒྱལ་སྤྱུས་མར་ནི། ཆངས་རིས་ནས་བཟུང་སྟེ་  
 གནས་གཞན་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱན་མི་ཆད་པར་ལན་རེ་རེ་སྦྱེས་ནས་ཞེས་.....  
 དེར་ཡང་སྦྱོ་བར་བཤད་པར་མངོན་ལོ། །གཉིས་པ་འོག་མིན་འགྲོ་ལས་  
 གཞན་ནི། སྤེལ་མ་མ་བསྐྱམས་པས་གནས་གཅང་མར་འཇུག་མ་རྣམས་པར་  
 ཆངས་ཆེན་པོར་བའི་འོག་མ་བཅུ་གཅིག་དུ་སྦྱེས་ཏེ། དེ་ནས་གཟུགས་མེད་  
 བཞིར་སྦྱེས་ནས་སྤྱད་ཅེར་ཐུང་འདས་ཐོབ་པའོ། །འདི་ཕྱིས་གཟུགས་མེད་  
 དུ་འགྲོ་ཡང་སྔོན་ལ་གཟུགས་སུ་འགྲོ་བས་གཟུགས་སུ་ཉར་འགྲོར་བརྗོད་དོ།  
 འདིར་འགྲེལ་པ་ལས། འོག་མིན་དང་སྤྱད་ཅེར་འགྲོ་ནི་པ་མཐའ་བཟུང་བ་





ཅམ་ཡིན་གྱི་དེར་མ་ཕྱིན་པར་གོལ་བའི་གོང་འཕོ་ཡང་ཡོད་པར་བསྟན་པ་...  
 བློ། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱིར་དེའི་རིགས་ཅན་མ་ངེས་པའི་དབང་དུ་མཛོད་  
 རོ། །གཟུགས་སུ་ཉེར་འགྲོ་ལས་གཞན་དུག་པ་ནི་གཟུགས་མེད་དུ་ཉེ་བར་  
 འགྲོ་བ་སྟེ། འདི་ནི་འདོད་པ་ནས་གཟུགས་མེད་དུ་སྦྱེས་ཏེ་མྱ་ངན་ལས་  
 འདེམ། །འདིར་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་ཐོབ་པ་ལ་མ་ཉམས་པར་གྲོངས་ཏེ།  
 གཟུགས་མེད་བཞི་པོར་རིམ་པར་སྦྱེས་ཤིང་། སྦྱེས་མ་ཐག་དང་འདུ་བྱེད་  
 བཅས་པ་དང་། འདུ་བྱེད་མེད་པ་དང་། གོང་འཕོ་སྟེ། རྒྱུ་པ་བཞིའོ། །  
 གསུམ་པ་ནི། སྤྱིར་མི་འོང་གཞན་བདུན་པ་ནི་འདོད་པར་སྤྱིར་མི་འོང་  
 ཐོབ་པའི་ཆེ་འདི་ལ་མྱ་ངན་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་འདེམ། །བཞི་པ་  
 སྤྱིར་མི་འོང་གི་དབྱེ་བ་དུ་མ་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། གཟུགས་སུ་ཉེར་འགྲོ་  
 དགུར་དབྱེ་བ། སྦྱེས་སུ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་བཤད་པ། ཆེ་ཡོངས་ཀྱི་  
 འཕགས་པ་ངོས་བཟུང་བ། བསམ་གཏན་སྟེལ་མ་སྟོན་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
 བར་དོར་འདའ་བ་དང་། སྦྱེས་ནས་འདའ་བ་དང་། གོང་འཕོ་དང་གསུམ་  
 ལ་ཡང་རྒྱུ་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་སྦྱེ་ནས་གཟུགས་སུ་ཉེར་འགྲོ་དགུར་བཤད་  
 དེ། དང་པོ་ལ་བར་དོ་གྲུབ་མ་ཐག་ཐར་པ་ལྟར་བ་པ་དང་། ཅུང་ཟད་  
 གནས་ཏེ་ཐར་པ་ལྟར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྦྱེ་སྤྱིད་དུ་འགྲོ་བར་སེམས་པ་ན་  
 ཐར་པ་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ན་འདའ་བ་གསུམ་སྟེ། སྦྱེས་སུ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་  
 བདུན་གྱི་མདོར། སོགས་མའི་མེ་ཆུང་དུ་སྤར་མ་ཐག་འཆི་བ་དང་། ལྷགས་  
 ཀྱི་ཆ་ཆ་གནས་དུ་ཡར་ནས་ཅུང་ཟད་ན་འཆི་བ་དང་། ཡར་ནས་ས་ལ་མ་  
 ལྷང་ཅམ་ལ་འཆི་བའི་དཔེ་གསུམ་གྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །སྦྱེས་འདའ་བ་ལ།  
 སྦྱེས་ཅམ་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། འདུ་བྱེད་མེད་པར་འདའ་བ་གསུམ་དང་།



གོང་འཕོ་ལ་འཕར་བ་སོགས་གསུམ་མོ། བྱིར་མི་འོང་གསུམ་པོ་དེ་དག་གི་  
 བྱང་པར་རྣམ་པ་ནི། མདོན་པར་འགྲུབ་པ་དང་། རྒྱུས་ནས་དང་། ལན་  
 གངས་གཞན་ལ་མྱོང་འགྱུར་གྱི་ལས་དང་། དབང་པོ་རྩི་འབྲིང་རྒྱལ་གསུམ་  
 དང་། ཉན་མོངས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱེ་བྲག་ལས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྒྱུས་བྱ་  
 དམ་པའི་འགྲོ་བ་ནི། མདོ་ལས། རྒྱུས་བྱ་དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་བཤད་པ་  
 ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན་དེ་དགུ་ལས་གོང་དུ་འཕོ་བ་མ་བྱེ་པར་གཅིག་དུ་བགངས་.....  
 བས་ལྷག་མ་བྱུག་དང་། དམ་པའི་འགྲོ་བ་བདུན་དུ་འདོད་དོ། ཅིའི་བྱིར་  
 དེ་རྣམས་ཁོ་ན་རྒྱུས་བྱ་དམ་པ་ཡིན་གྱི་སྒྲོབ་པ་གཞན་རྣམས་མ་ཡིན་ཞེན།  
 ལས་དམ་པ་དགེ་བ་དང་དམ་པ་མིན་པ་མི་དགེ་བ་ལ་འཇུག་པ་དང་མི་.....  
 འཇུག་པས་དང་། འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་སུ་སོན་པ་ནི་གནས་དེའི་འོག་མ་  
 དང་དེར་ཡང་བྱིར་མི་འོང་བའི་བྱིར་ན་རྒྱུས་བྱ་དམ་པའོ། །གསུམ་པ་ཆེ་  
 ཡོངས་འགྱུར་གྱི་འཕགས་པ་ངོས་བབྱང་བ་ནི། ཆེ་དང་པོ་ལ་རྒྱུན་ཞུགས་  
 སམ་བྱིར་འོང་ཐོབ་སྟེ་ཆེ་གཉིས་པ་ལ་བྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པས་འདོད་པར་ཆེ་  
 ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་འཕགས་པ་བྱིར་མི་འོང་བའོ། །འདི་ནི་འཁོར་བ་ལ་  
 ཡིད་འབྱུང་ཤས་ཆེ་བས་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་ཞི་བ་ཐོབ་པའི་བྱིར་ཁམས་གཞན་དུ་  
 འགྲོ་བ་མེད་དོ། འདི་ནི་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་གྱི་བྱིར་མི་འོང་གི་དབང་དུ་  
 བྱས་གྱི། གཟུགས་ཁམས་སུ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ནི་ཁམས་གོང་དུ་འང་  
 འཇུག་སྲིད་དེ། གོང་དུ་འཕོ་བ་སྲིད་ཅེར་འགྲོ་བ་བཞིན་ནོ། །ཁམས་དེ་  
 དང་དེའི་འཕགས་པ་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ནི་ཁམས་དེའི་རྟེན་ལ་འཕགས་.....  
 ཆོས་རྒྱུ་བ་གཉིས་ངེས་པར་བསྟེན་པ་སྟེ། སར་རྒྱན་ཞུགས་ལན་བདུན་པར་  
 གྱུར་པ་དང་། རིགས་ནས་རིགས་རྒྱུ་བར་གྱུར་པ་ལ་འང་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་  
 རྒྱུ་བ་དང་།



པ་ཡོད་མོད་ཀྱི་དེ་དག་ནི་འདོད་ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྱས་མོ།  
 བར་གྱུབ་ཟེན་པས་ཁམས་གོང་དུ་འགྲོ་མི་འགྲོའི་དཔུང་པ་མ་བྱས་སོ། །  
 ཕྱིར་མི་འོང་ནི་འདོད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པས་གོང་དུ་འགྲོ་མི་མོ།  
 འགྲོའི་དཔུང་པ་བྱས་སོ། །འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་དེ་དང་ཁམས་  
 གོང་མར་སྐྱེས་པའི་འཕགས་པ་ནི་ཉེན་ཁུང་པར་ཅན་ཐོབ་པས་ཡོངས་སུ་  
 ཉམས་པ་མེད་ལ། ཆེ་རབས་གཞན་ནས་ལམ་འདྲིས་དབང་པོ་རྣམས་ཆེས་  
 སྒྲིན་པའི་ཕྱིར་དབང་པོ་འཕྲོ་བ་མི་བཞེན་ཏོ། །རྒྱན་ཞུགས་དང་ཕྱིར་འོང་  
 བར་དོ་མི་འདའ་བ་ཅི་ཞེ་ན། ལམ་ལ་མ་འདྲིས་ཤིང་ཕྱ་རྒྱས་ཆེ་བས་སོ། །བྱི་  
 བག་སྐྱ་བ་བར་དོར་འདོད་ཁམས་ལས་འདའ་དཀའ་བས་སོ། །ཞེས་སོ། །  
 བཞི་པ་བསམ་གཏན་སྤེལ་མ་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ནི་ལམ་  
 སྐྱ་བའི་མཆོག་ཡིན་པས་དང་པོར་བསམ་གཏན་བཞི་པ་སྤེལ་ལ་ཕྱིས་འོག་  
 མ་གསུམ་ཡང་སྤེལ་ལོ། །ཉེན་ནི་དང་པོར་གྲིང་གསུམ་དང་ཉམས་ནས་  
 གཟུགས་ཁམས་སུ་སྤེལ་ལོ། །སྤེལ་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱར་བ་དང་། དངོས་  
 གཞིལ། སྦྱར་བ་ནི། དང་པོར་ཟག་མེད་དང་། དེ་ནས་ཟག་བཅས་དང་།  
 ཡང་ཟག་མེད་དེ་གསུམ་རྒྱན་ལྡན་དུ་སྤེལ་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱན་པུ་ཕྱི་སྤྱོད་  
 ཅིག་རེ་རེ་སྤེལ་བའི་བར་ཡིན་ལོ། །ཟག་མེད་སྤྱི་ཕྱིའི་མཆོམས་ནི་སྤྱི་མ་ལ་  
 ལྡང་སེམས་དང་ཕྱི་མ་ལ་འཇུག་སེམས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱིས་བྱེད་དོ། །དངོས་  
 གཞི་ནི་སྤྱད་ཅིག་མ་རེ་རེ་བ་གསུམ་བསྐྱེས་པས་སྤེལ་བ་གྱུབ་སྟེ། དེའི་སྤྱད་  
 ཅིག་དང་པོ་གཉིས་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལྟ་བུ་དང་། གསུམ་པ་རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་ལྟ་བུ་ཞེས་གྲགས། སྒྲིབ་དཔོན་ནི་སངས་རྒྱས་མིན་པས་སྤྱད་ཅིག་  
 སྤེལ་མི་རུས་པས་ན། རྒྱན་ཆགས་གསུམ་ལ་ངེ་སྤྱད་འདོད་པར་སྒྲིམས་པར་





འཇུག་པས་རྫོགས་པར་བཞེད་དོ། ཅིའི་དོན་དུ་བསམ་གཏན་སྤེལ་ཞིན།  
 ཕྱིར་མི་འོང་དབང་རྫོན་གནས་གཙང་མར་སྐྱེ་བ་དང་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་་་་  
 བར་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། དབང་རྒྱལ་དེ་གཉིས་དང་ཉོན་མོངས་  
 པས་འཇིག་པས་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་སྤེལ་ལ། དག་བཙམ་ནི་  
 དབང་རྫོན་མཐོང་སྤང་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་ཉིད་དང་། དབང་རྒྱལ་མི་  
 ཉམས་པ་དང་། གཉིས་ཀའི་ཆེད་དུ་སྤེལ་ལོ། སྤེལ་བ་དེ་ནི་རྩལ་དུ་གསུམ་  
 སྤེལ་ཡིན་ལ། སྐྱུར་བ་གཅིག་གིས་གསུམ་སྤེལ་གཉིས་བྱེད་པ་འབྲིང་དུག་  
 སྤེལ། དེ་བཞིན་དུ་ཆེན་པོ་དགུ་སྤེལ། ཤིན་དུ་ཆེ་བ་བརྩུ་གཉིས་སྤེལ། ཆོས་  
 ཤིན་དུ་ཆེ་བ་བཙུ་སྤེལ་ཏེ། རྣམ་པ་ལྷ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ཡང་  
 གནས་གཙང་མ་ལྷ་ཁོན་ལོ། ལྷ་པ་ལུས་མངོན་བྱེད་ནི། འགོག་པའི་སྤྲོམས་  
 འཇུག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ནི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་་་་  
 ལུས་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སེམས་མེད་པའི་ལུས་ཀྱིས་མངོན་དུ་་་་  
 བྱེད་པར་འདོད་དོ། བཞི་པ་དག་བཙམ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྤེ། ལྷགས་པ་  
 དང་། འབྲས་གནས་དང་། འབྲས་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྐྱེན་གཅིག་སྤྱང་བ་ནས་བཟུང་སྤེ་སྤྱིད་ཅེའི་བར་ཆ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་བར་ཟད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་དེ་ནི་དག་བཙམ་ཉིད་ལ་ལྷགས་པ་་་་  
 ཡིན་ལ། དེར་མ་ཟད་དགུ་པ་སྤྱང་བའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པ་  
 ཡང་དེའོ། བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་ནི་རྩི་རྩེ་ལྷ་བྱའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་སྤེ།  
 ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པས། སྤྱ་རྒྱས་འཛོམས་པར་རྒྱས་ལ། ཚུར་  
 གང་གིས་ཀྱང་གནོད་མི་རྒྱས་སོ། །གཉིས་པ་འབྲས་གནས་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 དངོས་དང་། ཞར་ལ་བྱུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱེན་དགུ་པོ་དེ་ཟད་པའི་





བྲལ་ཐོབ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ཤེས་པ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་སྦྱེལ་དེའི་ཆོག་དང་  
 ཟག་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པས་མི་སྒྲོབ་པ་དང་། ཆགས་བཅས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་མཆོད་པར་འོས་པས་དག་བཅོམ་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 ཆགས་བྲལ་གྱི་ཚུལ་དཔྱད་པ་དང་། དགེ་སྦྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་བཤད་པའོ།  
 དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། ཆགས་བྲལ་སྦྱིར་བཏུན། བྲལ་ཐོབ་སྦྱེལ་ལྷན་གང་  
 གིས་ཆགས་པ་སྦྱང་། ལམ་གྱི་དམིགས་རྣམ་དཔྱད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲུ་  
 ལམ་གཉིས་སུ་བཤད་པ་ལ་སྒྲོབ་པ་འདི། ལམ་གང་གིས་ས་གང་ལ་འདྲོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་ཞེན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྒྲིམ་ལམ་ཁོ་ནས་སྤྱོད་  
 ཅེ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་གྱི་འཇིག་རྟེན་པས་ནི་མེན་ཏེ། དེའི་གོང་ན་ཞི་  
 བར་ལྷ་ས་མེད་ཅིང་རང་ས་དང་འོག་སས་ངེས་པར་འབྱུང་མི་རུས་པས་སོ། །  
 ས་གཞན་བརྒྱུད་ལས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་པ་གོང་  
 སའི་ཉེར་བསྟོགས་ཏེ་ལམ་གཉིས་ཀས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། རྒྱུ་ཞུགས་དང་ཞི་གནས་དཔྱད་པ་སྟོགས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་  
 ཀྱིས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་འཕགས་ལ་བྲལ་བའི་ཐོབ་པ་ཟག་བཅས་མེད་  
 དང་། ཟག་མེད་གཉིས་སྦྱེབས་སྤངས་པ་བརྟན་ལ། བྱིས་པ་ལ་ནི་ཟག་  
 བཅས་ལས་མི་སྦྱེབས་མི་བརྟན་འོ། །ཁ་ཅིག་གིས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ལམ་གྱིས་སྤངས་ཀྱང་བྲལ་ཐོབ་གཉིས་སྦྱེས། ལམ་ཟག་མེད་ཁོ་ནས་  
 ཅི་ཡང་མེད་པ་ལས་གྲོལ་བ་ཞིག །དབང་པོ་འཕྲོས་པ་ན་བརྟུལ་པོའི་ལམ་  
 བཏང་ལ་གོང་སའི་ཉོན་མོངས་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞན་ཏུ་ན་གོང་  
 སའི་བྲལ་བ་དེ་ཉིད་མི་ལྡན་པར་འགྱུར་ལ། གོང་སའི་ཉོན་མོངས་པའི་  
 བྲལ་བ་དེ་བཏང་ན་གོང་སའི་ཉོན་མོངས་དང་ལྡན་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །



ཞེས། དེ་ནི་མ་ངེས་ཏེ། སྤང་ཅེ་འེ་ཕྱེད་ལས་གྲོལ་བ་ལ་བྲལ་ཐོབ་འཇིག་  
 རྟེན་པ་ཡང་མེད་ལ་དབང་པོ་འཕྲོས་ན་ཟག་མེད་བཏང་ཡང་ཉོན་མོངས་...  
 དེ་དག་མི་ལྡན་པ་བཞིན་དང་། སོ་སྤྱོད་ས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
 སོགས་སུ་སྤྱོས་པ་ན་འདྲ་ད་ཉོན་གྱི་བྲལ་ཐོབ་འཕྲོས་པས་བཏང་ཡང་འདྲ་  
 ཉོན་མི་ལྡན་པ་བཞིན་དུ། གང་ཟག་དེ་ཡང་བྲལ་ཐོབ་འཇིག་རྟེན་པ་མེད་  
 བྱང་། ཉོན་མོངས་དང་མི་ལྡན་པས་ཤེས་བྱེད་མིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི། ས་  
 གང་གིས་གང་ལས་འདྲ་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། ཟག་མེད་མི་  
 ལྟོགས་མེད་པ་ཡིས་ས་དགུ་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་འདྲ་ཆགས་དང་བྲལ་བར་  
 ལུས་ཏེ། དེ་ནི་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤོང་མི་ལུས་པ་  
 མེད་པས་མི་ལྟོགས་མེད་ཅེས་བྱའོ། །ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་འོག་སའི་ཉོན་  
 མོངས་སྤངས་པ་ན། དེའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐམས་ཅད་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་ངོ་  
 བོར་སྤྱེའམ་ཞེ་ན། ས་འོག་མ་གསུམ་ལས་རྒྱལ་བ་ལ་ནི་ཉེར་བསྟོགས་དང་  
 དངོས་གཞི་ཆོར་བ་ཐ་དད་པས་དབང་པོ་རྣེ་ན་དངོས་གཞི་ལ་འཇུག་ལུས་...  
 པས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་འཇུག། བརྟུལ་ན་མི་ལུས་པས་མཐའི་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་ཉིད་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་སྤྱེའུ། དེའི་གོང་མ་ནི་རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་ཐ་མར་དབང་པོ་བརྟུལ་ཡང་ཉེར་བསྟོགས་ལས་སྤྱོད་པ་མིན་ཏེ། ཉེར་  
 བསྟོགས་དང་དངོས་གཞི་བཏང་སྟོམས་ཅན་འདྲ་ཞིང་དངོས་གཞི་ཁོ་ན་ལ་...  
 གུས་པས་དེ་ལས་སྤྱོས་པས་སོ། །འཕགས་པ་སྟེ་ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་  
 བདུན་དང་། བསམ་གཏན་བྱང་པར་ཅན་དང་བརྒྱད་ཀྱིས་ནི་རང་ས་དང་  
 གོང་ས་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་འགྱུར་ལ། འོག་ས་ལས་ནི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་  
 རྒྱལ་བའི་པས་མིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི། ཟག་མེད་སྟོན་ལམ་གྱི་བར་ཆད་མེད་





ལམ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་ནི་བདེན་པའི་དམིགས་རྣམ་ཅན་དུ་གྲུབ་ལ།  
 འཇིག་རྟེན་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་བར་ཆད་མེད་ལམ་དག་ནི་གོ་རིམ་.....  
 བཞིན་ཞི་བ་སོགས་དང་། རགས་པ་དང་སོགས་པས་ཐ་བ་ངན་པ་དང་།  
 རྩིགས་པ་སྤྱག་པོ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། དམིགས་པ་འང་གོ་རིམ་  
 བཞིན་གོང་ས་དང་ས་འོག་མའི་སྤྱད་ཡུལ་ཅན་ཏེ། ས་དང་པོ་བདུན་ནོ། །  
 ཟད་པར་ཤེས་པའི་མཚུག་ཐོགས་སུ་ཅི་ཞིག་སྐྱེ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་དག་བཙམ་  
 པ་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་ཟད་པ་ཤེས་པའི་རྗེས་ཐོགས་ལས་མི་སྐྱེ་.....  
 བའི་སྐོ་གྲོས་འབྱུང་ལ། གལ་ཏེ་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་མིན་ན་ཟད་ཤེས་  
 རང་གི་རིགས་འདྲ་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་འཇ། མི་སྐྱོབ་པའི་ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བ་སྐྱེ་བའི་ཉམས་སྲིད་པས་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ནི་མི་འབྱུང་རོ། །མི་གཡོ་  
 བའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་མི་སྐྱེ་བའི་ཤེས་པ་ལས་རེས་འགའ་རང་འདྲ་སྐྱེ་ལ།  
 རེས་འགའ་མི་སྐྱོབ་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྐྱེ་ཏེ། ལྟ་བ་དེ་ནི་དག་བཙམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་རོ། །གཉིས་པ་དག་སྤྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་བཤད་  
 པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དག་སྤྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུའི་དབྱེ་བ། དག་སྤྱང་གི་ཚུལ་  
 ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་གཏན་དུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱ་ནི་དག་སྤྱང་ཏེ། དེའི་ཚུལ་ནི་དྲི་མེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་ཡིན་ལ།  
 ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་འདུས་བྱས་ནི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་། འདུས་མ་བྱས་ནི་  
 སྤངས་པའོ། །འབྲས་བུ་དེ་རྣམས་རྒྱས་པར་བྱེན་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་དག་ཏེ།  
 མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་བརྒྱད། སྐྱམ་སྤང་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཙ་གཅིག་གོ། །འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་གང་འབྲས་བུར་  
 བརྒྱད་ཞེ་ན། གྲོལ་ལམ་འདུས་བྱས་དང་ཟད་པ་འདུས་མ་བྱས་པ་དང་





བཅས་པ་སོ་སོར་མ་སྤྱེ་བར་སྤུང་མོང་དུ་བཟུང་ངོ་། ཇི་ལྟར་ན་འབྲས་བུ་  
 དུ་མར་འབྱུར་བས་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་ཁ་བསྐྱང་དགོས་པར་……  
 འབྱུར་རོ། ཞི་ན། སྤུང་པས་འབྲས་བུ་བཞིར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་འབྲས་  
 བུར་འཛིག་པའི་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པ་ལྟ་དག་ནི་གནས་སྐབས་བཞི་ལ་ཆང་……  
 པར་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་བཞིའོ། རྒྱ་མཚན་ལྟ་གང་ཞི་ན། འབྲས་བུ་  
 བཞི་པོ་རེ་རེ་ལའང་སྟོན་ཞུགས་པའི་ལམ་བཟང་བ་དང་། གཞན་འབྲས་  
 བུའི་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་དུས་སུ་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོབ་པ་སྟོན་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་གཅིག་རྟེན་པ་དང་། ཕྱིར་  
 འོང་གི་དུས་སུ་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་དང་། སྟོན་སྤང་སྤངས་པ་དུག་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་རྟེན་པ་སོགས་ཟད་པ་བསྟོམས་ཏེ། ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས་ཐོབ་པ་གཅིག་རྟེན་པ་དང་། ཆོས་ཤེས་དང་རྗེས་ཤེས་བཞི་བཞི་སྟེ་  
 ཤེས་པ་བརྒྱད་ཆོན་ཅིག་ཅར་ཐོབ་པ་དང་། མི་རྟག་སོགས་རྣམ་པ་བརྩ་  
 དུག་ཐོབ་པའོ། གལ་ཏེ་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་ཁོ་ན་དག་སྤྱང་གི་ཚུལ་ཡིན་ན།  
 འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པ་གཉིས་དག་སྤྱང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུར་……  
 ཇི་ལྟར་ཟུང་ཞི་ན། འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་བར་པ་  
 གཉིས་ནི་མཐོང་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ། སྤངས་པ་ཡང་བཞེས་ནས་བྲལ་ཐོབ་  
 ཟག་མེད་གཅིག་རྟེན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེས་འཛིག་རྟེན་པས་སྤངས་པའང་  
 འཛིན་པའི་ཕྱིར། དག་སྤྱང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུར་ཟུང་ངོ་། གཉིས་པ་ནི།  
 དག་སྤྱང་གི་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱང་བས་ཆངས་པའི་ཚུལ་ཡིན་ལ།  
 ཆངས་པའི་འཁོར་ལོ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཆངས་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 བསྐྱར་པའི་ཕྱིར་རོ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་སྟེ། ཇི་ལྟར་





འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་སྤིང་བཞིན་ཕྱར་བར་འགོ་བ་དང་། སྐགས་པས་ཡུལ་  
 གཞན་དོར་ནས་གཞན་དུ་འཇུག་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་མ་རྒྱལ་བ་ལས་རྒྱལ་  
 བར་བྱེད་ལ་རྒྱལ་བ་རྣལ་དུ་འགོད་པ་དང་། ས་མཐོ་བར་འཕར་བ་དང་།  
 དམའ་བར་འབབས་པ་དེ་བཞིན་དུ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ཀྱང་  
 ཕྱར་བ་དང་། བདེན་པ་གཞན་དོར་ཞིང་གཞན་ལ་འཇུག་པ་དང་། བར་  
 ཆད་མེད་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པ་གཅོད་པས་མཐོང་སྤངས་མ་རྒྱལ་བ་ལས་་་་  
 རྒྱལ་བར་བྱེད་ལ་རྣམ་གྲོལ་གྱི་བྲལ་ཐོབ་འཛིན་པས་རྒྱལ་བ་རྣམ་གྲོལ་དུ་་་་་  
 འགོད་པ་དང་། ཞོང་མ་དང་འདྲོད་པའི་བདེན་པ་ལ་འཕར་བ་དང་།  
 འབབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཅུན་པ་དབྱངས་སྒྲིག་ནི་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་  
 བརྒྱད་ཀྱི་ཆེ་བས་སྐགས་དང་། ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་འཁོར་ལོ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 ལྟ་བ་དང་། རྟོག་པ་དང་། ཚུལ་བ་དང་། དུན་པ་བཞི་ནི་ཤེས་རབ་གྱིས་  
 བཟུས་ཏེ་ཆེ་བས་ལྟ་བུ་དང་། དག་དང་ལས་དང་འཆོ་བ་གསུམ་ནི་ཚུལ་  
 བྱིམས་ཏེ་གཞི་བྱེད་པས་ལྟ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་གཞན་སྤུད་པས་  
 ལུ་ཁྱད་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །མཐོང་ལམ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འཛིན་པ་  
 བྱི། ཀུན་ཤེས་ཀོ་འཁྱེར་ལ་མཐོང་ལམ་སྐྱེས་པ་ན་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་  
 ཏེ་ཞེས་སྒྲ་བསྒྲགས་པས་སོ། །ཁམས་གང་དུ་དགོ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་  
 དུ་ཐོབ་ཅིན། འདྲོད་པར་དང་པོ་གསུམ་ཐོབ་ལ་ཐ་མ་དག་བཅོམ་པ་ནི་  
 ཁམས་གསུམ་དུ་འཐོབ་པོ། །དང་པོ་གཉིས་འདྲོད་པ་ལས་མ་གྲོལ་བས་དེ་  
 ལྟར་རིགས་ནའང་། ཕྱིར་མི་འོང་ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་འགོ་ཁམས་གོང་དུ་མི་  
 ཐོབ་པ་ཅི་ཞེན། ཁམས་གོང་ན་མཐོང་ལམ་མེད་ཅིང་དེ་མེད་པར་ཡང་  
 ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་འགོ་ཕྱིར་མི་འོང་མི་ཐོབ་པས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གོང་མའི་





རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་མེད་ཅེན། གཞུགས་མེད་ན་ཉན་པ་མེད་པ་དང་།  
 ཁམས་འོག་མ་ལ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞུགས་ཁམས་པ་སྟོམས་  
 འབྲུག་གི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་མེད་པས་མི་སྦྱོབ་འདྲི་  
 ཕྱིར་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་བར་དོ་འདའ་བ་སོགས་ལྟ་འདྲིར་ཚུམ་ཞིང་དེར་  
 མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་རོ། ཁྱེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། ཐེག་ཆེན་དུ་ནི་  
 གཞུགས་ཀྱི་ལྟ་དང་ཡི་དུགས་དང་སྲིན་བུའི་རིགས་མང་པོ་ལ་མཐོང་ལམ་...  
 སྦྱོབ་བར་བཤད་དོ། གསུམ་པ་དག་བཙམ་འབྲས་གནས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། རྒྱག་རུ་དབྱེ་བ་དང་། དགྲར་དབྱེ་བའོ། གྲང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 དབྱེ་བ་དངོས། དབང་པོ་འཕོ་ཚུལ་ལོ། གྲང་པོ་ནི། འབྲས་གནས་དང་པོ་  
 གསུམ་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་ལྟར་དག་བཙམ་པ་ལའང་དབྱེ་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།  
 ཡོད་དེ་མདོར་དག་བཙམ་རྒྱག་རུ་གསུངས་པར་འདོད་དེ། ཡོངས་སུ་  
 ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། འཆི་བར་སེམས་པ་དང་། རྗེས་སུ་བསྐྱུང་བའི་  
 ཆོས་ཅན། གནས་པ་ལས་མི་སྦྱོད་པ། རྟོགས་པའི་སྐལ་པ་ཅན། མི་གཡོ་  
 བའི་ཆོས་ཅན་ནོ། གྲེ་དག་ལས་དང་པོ་ལྟ་ནི་དབང་པོ་རྒྱལ་བས་དད་པས་  
 མོས་པ་ལས་སྦྱེལ། དེས་ན་དེ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི། ཡོ་  
 བྱད་དང་ནད་མེད་པ་དང་ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་.....  
 རྒྱས་ལས་འབྱུང་བས་རྒྱས་དང་སྦྱོར་བའོ། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་ནི་ཉམས་མི་སྲིད་པས་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདོད་  
 དགྲར་ཉིང་ངེ་འཛིན་མདོན་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ནི་རྒྱས་དང་མི་སྦྱོར་བར་.....  
 གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་དེ་ནི་མཐོང་བས་ཐོབ་བའི་རྒྱ་  
 ལས་བྱུང་བའོ། ཅི་དག་བཙམ་རྒྱག་པོ་དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས་ཅན་ཡིན་





ནམ། དུས་མྱེས་ཡིན་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས་ཅན་ཡིན་ལ།  
 ཁ་ཅིག་ནི་སྔོན་ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་དབང་པོ་སྤངས་པ་ལས་འཛི་བར་.....  
 སེམས་པར་གྱུར་པ་སོགས་སོ། །དག་བཙམ་བྱག་པོ་དེ་དག་གང་འབྲས་བྱ་  
 དང་། གང་རིགས་ལས་ཉམས་ཤེ་ན། བར་པ་བཞི་ནི་རིགས་ལས་ཉམས་ལ།  
 ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་མིན་ཏེ། དེའི་འོག་དུ་རིགས་གཞན་མེད་པའི་མྱེར།  
 དང་པོ་ལྷན་འབྲས་བྱ་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། དབང་པོ་རྒྱལ་བའི་མྱེར།  
 འབྲས་བྱ་དང་པོ་ལས་ནི་ཉམས་པ་མིན་ཏེ། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སོང་གི་  
 འབྲས་བྱ་ལ་འདོད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་....  
 གཉིས་ཀྱི་བརྟན་པར་བྱས་པའི་མྱེར། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ལ་འདོད་ན་  
 མཐོང་སྤང་སྤངས་པས་རབ་དུ་མྱེ་ཞིང་མཐོང་སྤང་གཞི་མེད་ཡིན་པས་.....  
 སྤངས་ན་སྤང་མི་བརྟུག་པའི་མྱེར། འབྲས་བྱ་མྱེ་མ་གསུམ་ནི་སྔོན་སྤང་  
 སྤངས་པས་རབ་དུ་མྱེ་ཞིང་སྔོན་སྤང་ནི་གཞི་བཅས་ཡིན་པས་སྤངས་ཀྱང་....  
 རྟེན་གྱིས་སྤང་བརྟུག་གིས་པའི་མྱེར། ཞེས་འདོད་དོ། །མདོ་སྤེལ་ནི། དག་  
 བཙམ་འབྲས་བྱ་ལས་ཉམས་མི་གིས་ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་མ་སྤངས་  
 ན་དག་བཙམ་མི་ཐོབ་ལ། སྤངས་ན་ཉོན་མོངས་སྤྱེ་བའི་རྒྱ་མེད་པའི་མྱེར།  
 མདོ་ལས་ཀྱང་། འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤངས་པ་ནི་ལེགས་པར་  
 སྤངས་པའོ། ཞེས་དང་། སྔོན་པ་ལ་བག་ཡོད་པར་བྱའོ་ཞེས་ང་སྤྱོད་ཞེས་  
 གསུངས་ཀྱི་དག་བཙམ་ལ་མ་གསུངས་སོ། །དེས་ན་རྒྱན་ཞུགས་དང་དག་  
 བཙམ་པའི་འབྲས་བྱ་གཉིས་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་ཁོ་ནས་ཐོབ་པས་སྤང་.....  
 བྱའི་ས་བོན་རྩ་བ་ནས་སྤངས་པའི་མྱེར་ཉམས་མི་གིས་ལ། བར་མ་གཉིས་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པ་ནི་ས་བོན་དུངས་མ་སྤང་བས་ཉམས་.....





སྲིད་པའི་ཕྱིར་སློབ་པ་ལ་བག་ཡོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། འཕགས་པ་ལ་  
 མི་དག་གའི་རྣམ་རྟོག་སྦྱེ་བར་གསུངས་སོ། །དགྲ་བཙམ་པ་ཉམས་པར་  
 གསུངས་པ་ནི་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེར་གནས་གྱི། འཇིག་རྟེན་པའི་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པོ་གང་རུང་ལས་ཉམས་པ་ལ་དགོངས་སོ་ཞེས། །འདི་ཉིད་  
 རིགས་ཏེ། གཞན་རྩ་ན་ཐར་པ་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་འགྱུར་བས་སོ། །  
 ཅི་དགྲ་བཙམ་པ་ཁོ་ན་རིགས་རྩ་གང་ལྟ་ན་མ་གཞན་ཡང་ལྟ་ཞེ་ན།  
 དགྲ་བཙམ་རྩ་མ་ཟད་འཕགས་པ་སློབ་པ་དང་འཕགས་མིན་སོ་སྦྱེ་རིགས་་་་  
 རྩ་གང་ལྟ་ཏེ། དགྲ་བཙམ་པའི་རིགས་རྣམས་ནི་དེ་དག་སྟོན་རྩ་འགྲོ་  
 བས་སོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་དབང་པོ་འཕོ་བའི་སྒྱུར་བ་མི་སྲིད་པས་  
 དབང་པོ་འཕོ་བ་མེད་ལ། ལམ་གཞན་ལ་ཡོད་དོ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་  
 ཉམས་མི་སྲིད་ན། མདོར་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་གནས་ལས་ཉམས་པར་  
 གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྒྱིར་ཉམས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་ལས་  
 ཉམས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཐོབ་རུང་རྩ་ཡོད་པ་མ་ཐོབ་པ་ནི་མ་ཐོབ་པ་ལས་  
 ཉམས་པ་དང་། ཐོབ་ཀྱང་མངོན་རྩ་མི་བྱེད་ན་ཉེར་སྤྱད་ལས་ཉམས་པ་སྟེ།  
 ཡོངས་ཉམས་རྣམ་པ་གསུམ་རྩ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་དེ་གསུམ་ལས་སྟོན་པ་་་་་་  
 སངས་རྒྱས་ལ་གདུལ་བྱའི་དོན་ལ་བཞུགས་པས་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་གནས་་་  
 མངོན་རྩ་མི་མངོན་པས་ཐ་མ་ཁོ་ན་མངའ་ལ། མི་གཡོ་བ་ལ་དེ་དང་བར་  
 མའང་ཡོད་དེ། ཆོས་བྱད་པར་ཅན་ཁ་ཅིག་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དགྲ་བཙམ་  
 པ་གཞན་ལ་ཉམས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ཀ་ཡོད་དོ། །དེས་ན་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་  
 ཅན་ཉེར་སྤྱད་ལས་ཉམས་པ་སྲིད་པས་མདོ་དང་མི་འགལ་ལོ། །མདོ་སྟེ་  
 པས་ནི། དགྲ་བཙམ་ཐམས་ཅད་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཟག་མེད་ནི་མི་གཡོ་བ་







དེ་ལྟར་ལ། འོན་ཀྱང་དབང་བཟུལ་ནི་རྟེན་བཀུར་གྱིས་གཡོང་གིས་མཐོང་  
 ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་ལས་ཉམས་ཤིང་། དབང་རྣམས་ནི་དེས་མི་ཉམས་  
 པའི་དེ་ཉིད་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་རྩ་བ་ཞག་གོ། མཛད་འདི་དབང་བཟུལ་  
 ལ་དགོངས་པས་དེ་ལྟར་ཀར་མི་རུང་བར་འཆད་དོ། ཅི་དག་བཙུག་ལས་  
 ཉམས་ནས་སྟེ་བ་ལེན་ནམ་ཞེན། མི་ལེན་ཏེ། འབྲས་བུ་གང་ལས་ཉམས་  
 གྱུར་འབྲས་བུ་སོར་མ་ཆུད་པར་འཆིབ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉམས་ཀྱང་  
 འབྲས་བུ་དེ་དང་འགལ་བའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མི་བྱེད་དེ། ཟུལ་པོ་ཆེ་འབྲེད་  
 གྱུར་རྟེན་མི་འཆའ་བ་བཞིན་ནོ། གཉིས་པ་དབང་པོ་འཕྲོ་ཚུལ་ནི། དབང་  
 པོ་རྣམས་འཕྲོ་བ་ལ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་རྩ་སྟེ་ཞེན།  
 རྟེན་པའི་སྐལ་པ་ཅན་ཞིག་མི་གཡོ་བར་དབང་པོ་འཕྲོ་ན་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
 དང་བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་དགུས་དབང་པོ་འཕྲོ་ཉྟེ། དབང་པོ་བཟུལ་  
 པའི་རིགས་དེ་སྟོབ་མི་སྟོབ་ཀྱི་ལམ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པར་བྱས་པས་  
 འབད་པ་རྒྱུད་བྱས་བརྒྱུག་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། གདམས་ཤིག་མཐོང་  
 བས་ཐོབ་པ་ལ་དབང་པོ་འཕྲོ་བར་བྱེད་ན་འཕྲོ་སྟོབས་བར་ཆད་མེད་པ་  
 དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་རེ་རེའོ། ལམ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ཟག་མེད་ཉིད་དེ།  
 ཟག་བཅས་ཀྱི་ལམ་གྱིས་འཕགས་པའི་དབང་པོ་མི་འཕྲོ་བས་སོ། རྟེན་  
 གང་རྩ་འཕྲོ་ཞེན། འདོད་ལྟ་དབང་རྣམས་དང་། ལམས་གོང་རྩ་སྟེས་པ་ནི་  
 མི་ཉམས་པས་དབང་པོ་མི་འཕྲོ་ལ། འདོད་ལྟ་དབང་རྩལ་དང་རན་འགོ་  
 ལ་འཕགས་ལམ་མི་སྟེ་བས་མིའི་ནང་ཁོ་ནར་དབང་པོ་འཕྲོལ་ཞིང་འཕྲོ་ལོ། །  
 ས་གང་ལ་རྟེན་ནས་འཕྲོ་ཞེན། མི་སྟོབ་པ་ནི་ཟག་མེད་ས་དགུ་གང་རུང་ལ་  
 བརྟེན་ཅིང་། སྟོབ་པ་ནི་བསམ་གཏན་ས་རྩལ་གང་རུང་ལ་བརྟེན་ཏེ་འཕྲོ་ལོ།





ཕྱིར་མི་འོང་གཟུགས་མེད་ཐོབ་པ་འང་ཡོད་ན་གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་ལ་  
 མི་བརྟེན་ཞེ་ན། ཕྱིར་མི་འོང་དབང་པོ་འཕོ་བས་འཕེལ་བ་ན་རྒྱལ་པོའི་  
 ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཅམ་དང་། བྱད་པར་ཅན་བསམ་གཏན་དང་པོ་སོགས་  
 དང་བཅས་པ་བཏང་སྟེ། དབང་པོ་རྣམས་པོའི་ལམ་གྱིས་འབྲས་བུ་འདྲིང་པ་  
 ལས་ཆགས་བྲལ་ཅམ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་.....  
 གཟུགས་མེད་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་མེད་པས་སོ། །གཉིས་པ་དགུར་དབྱེ་བ་ནི།  
 དག་བཅོམ་པ་ལ་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་དག་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལ་རང་  
 སངས་རྒྱས་དང་སྟོན་པ་རྣམས་པའི་སངས་རྒྱས་གཉིས་དང་། ཉན་ཐོས་ལ་  
 ཉམས་པའི་ཆོས་ཅན་སོགས་ལ། མི་གཡོ་བ་ལ་སྤངས་པ་ལས་ཁྱུར་པ་དང་།  
 དང་པོ་ནས་དེའི་རིགས་ཅན་གཉིས་ཏེ་བརྟན་ནོ། །དེ་དག་དབང་པོ་རྒྱང་  
 རུའི་རྒྱང་རུ་ལ་སོགས་པས་རྣམས་པ་དགུའི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །སངས་རྒྱས་  
 གཉིས་ནི་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་དབང་པོ་རྣམས་པོ་ལ་.....  
 གསུམ་དུ་བྱེ་བ་ན་དགུར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རྣམས་གངས་བརྟན་དུ་དབྱེ་  
 བ་ནི། འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ནི་བརྟན་པོར་ཡང་འདུས་ཏེ། འདི་  
 ལྟར་སྦྱར་བ་ལས་དད་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གཉིས་དང་། དབང་པོ་  
 ལས་དད་མོས་དང་མཐོང་ཐོབ་གཉིས་དང་། སྟོམས་འཇུག་ལས་ལུས་  
 མངོན་བྱེད་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྣམ་གྲོལ་དང་། གཉིས་  
 ཀའི་ཆ་ལས་རྣམ་གྲོལ་ལོ། །གསུམ་པ་རྣམས་དུག་དུ་དབྱེ་བ་ནི། དེ་རྣམས་  
 ཀྱང་རྣམས་དུག་དུ་འདུས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་མཐོང་སྟོམས་མི་སྟོབ་པའི་  
 ལམ་གསུམ་ལས་རིམ་པས་རྗེས་འབྲང་གཉིས་དང་། དད་མོས་མཐོང་ཐོབ་  
 གཉིས་དང་། རུས་སྦྱར་རུས་མི་སྦྱར་གཉིས་གཉིས་སོ། །དག་བཅོམ་རྣམ་





གྲོལ་ལམ་གཉིས་པོ་གང་ཞེ་ན། མི་སྒྲོབ་པ་འགོག་སྒྲུམས་ཐོབ་པ་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཀྱུ་ཐར་གྱི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་ལ། ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་ཉོན་སྒྲིབ་ཅམ་ལས་གྲོལ་བ་ནི་གཅིག་ཤོས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཀྱུ་ཐར་.....  
 པར་གྲོལ་བའོ། །སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པ་གང་གིས་རྒྱུགས་ཤེ་ན། འགོག་པ་  
 ཐོབ་པ་སྒྲུམས་འཕྲུག་གི་རྒྱུགས་པ་དང་། མི་འཕྲོག་པའི་དབང་རྣམས་དབང་  
 པོ་རྒྱུགས་པ་དང་། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་སྤངས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པ་  
 འབྲས་བུས་རྒྱུགས་པ་སྟེ། དེ་ཀྱུ་ཐར་གྱིས་ཅི་རིགས་པ་སྒྲོབ་པ་ཡོངས་སུ་  
 རྒྱུགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དབང་པོ་དང་སྒྲུམས་འཕྲུག་གཉིས་ཀྱིས་མི་སྒྲོབ་པ་  
 ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་ཏེ། འབྲས་བུ་མ་རྒྱུགས་ན་མི་སྒྲོབ་པ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པས་  
 དེ་མ་བཞག་གོ། །གསུམ་པ་ལམ་ཁྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལམ་  
 གྱི་ཁྱད་པར་གྱི་ཡོན་ཏན། བྱང་ཚུབ་སྒྲུགས་མཐུན་གྱི་ཀྱུ་ཐར་བཞག་ །ལམ་  
 གྱིས་ཐོབ་པའི་ཀྱུ་ཐར་གྲོལ་འོ། །དང་པོ་ནི། སྤར་ལམ་དུ་མ་ཞིག་བཤད་པ་དེ་  
 ཀྱུ་ཐར་མདོར་བསྟུན་ཀྱུ་ཐར་པ་བཞི་སྟེ། གང་གི་མཐུག་ཐོགས་སུ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་སྟེ་བ་སྦྱར་ལམ་སྟེ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྦྱར་བའི་ལམ་ནི་འགེལ་  
 བཤད་གཉིས་ཀལ་འཇིག་རྟེན་ཚས་མཚན་དུ་བཤད། སྒྲིབ་པ་དངོས་སུ་  
 སྤྲོད་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་། སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བ་དང་པོར་སྒྲུལ་པ་  
 ཀྱུ་ཐར་གྲོལ་ལམ་དང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་ཀྱི་ལམ་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་ལམ་ཞེས་བྱའོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་ལམ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། སྤར་མ་གཉིས་མུང་འདས་འཚོལ་བས་དང་།  
 ཕྱི་མ་གཉིས་གོང་ནས་གོང་དུ་ཕྱིན་པར་བྱེད་པས་སོ། །ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཁྱད་པར་གྱིས་བཞི་སྟེ། མདོན་པར་ཤེས་པ་བྱལ་ལ་དཀའ་བ་དང་། ལྷན་  
 ལ་དཀའ་བ་དང་། ལྷན་ལ་སྒྲོལ་བ་དང་། ལྷན་ལ་སྒྲོལ་བའོ། །དེ་ལ་ལམ་ཉིད་





མུང་འདས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་སྐྱབ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་བསམ་གཏན་གྱི་  
 དངོས་གཞི་ཆམས་ལ་བརྟེན་ནས། ཡན་ལག་གིས་ཟིན་པ་དང་ཞི་ལྷག་ཆ་  
 མཉམ་པས་འབད་མི་དགོས་པར་རང་གིས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་སྤྲོ་ལ། ས་  
 གཞན་དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་གིས་མ་ཟིན་པ་དང་། མི་སྡྲགས་མེད་  
 དང་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་ནི་ཞི་གནས་ཤས་ཆུང་ཞིང་། གཟུགས་  
 མེད་ནི་ལྷག་མཐོང་ཤས་ཆུང་བས་སོ། །དཀའ་སྤྲོ་གང་ཡིན་ཀྱང་སྒོ་སྟེ་  
 དབང་བརྒྱལ་ནི་མངོན་ཤེས་བྱལ་བ་སྟེ། གཅིག་ཤོས་དབང་རྣམས་ཀྱི་ནི་  
 མངོན་ཤེས་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་སྟོགས་མཐུན་བསྟན་པ་ལ་ལྟ་སྟེ།  
 བྱང་ཆུབ་སྟོགས་མཐུན་གྱི་དབྱེ་བསྟེ། གནས་སྐབས་གང་ཏུ་སྒྲུབ་པ། ཟག་  
 བཅས་ཟག་མེད་དབྱེད་པ། ས་གང་ན་ཡོད་པའི་ཚུལ། ཤེས་ནས་དད་པ་  
 གང་ཏུ་ཐོབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལམ་འདི་ཉིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོགས་ཏེ། དེ་  
 ལ་ཟད་པ་དང་མི་སྟེལ་བཤེས་པ་ནི་གང་ཟག་གི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐེག་པ་གསུམ་...  
 གྱི་བྱང་ཆུབ་སྟེ། སྤངས་པ་དང་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པས་སོ། །བྱང་ཆུབ་  
 དེ་དང་མཐུན་དེ་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྤྲོ་ལ་ཅུ་ཙུ་བརྟན་ནི་བྱང་ཆུབ་དེ་  
 སྟོགས་དང་མཐུན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ནི་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་  
 དང་། ཡང་དག་སྤྲོད་པ་བཞི་དང་། རྩ་འབྲུལ་རྒྱུད་པ་བཞི་དང་། དབང་  
 པོ་ལྟ་དང་། ལྟ་བུ་ལྟ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བརྟན་དང་། འཕགས་  
 ལམ་ཡན་ལག་བརྟན་དོ། །དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཤད་ཟིན་ལ། ཡང་དག་  
 སྤྲོད་བཞི། མི་དགེ་བ་སྟེས་པ་སྤྲོད་པ་དང་། མ་སྟེས་པ་མི་སྟེས་པ་དང་།  
 དགེ་བ་མ་སྟེས་པ་སྟེད་པ་དང་། སྟེས་པ་གནས་པ་སྟོགས་ཀྱི་ཆེད་ཏུ་འབད་  
 ཅིང་འདུན་པ་སྟོགས་སོ། །རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་ནི། འདུན་པ་དང་། བརྟན་





འགྲུས་དང་། སེམས་དང་། དཔྱད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་བཞིའོ། །དབང་པོ་  
 བློ་དང་པ་དང་། བཙུག་འགྲུས་དང་། དུན་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་།  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོའོ། །སྟོབས་ནི་དེ་ལྟ་པོ་མ་དང་པ་སོགས་མི་མཐུན་  
 རྒྱལ་གྱིས་མི་ཐེ་བར་གྱུར་པས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི། དུན་པ་  
 དང་། ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། བཙུག་འགྲུས་དང་། དགའ་  
 བ་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། བཏང་སྦྲུམས་ཡང་  
 དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གོ། །འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ནི་ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བ་དང་། རྟོགས་པ་དང་། དག་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། འཆོ་བ་  
 དང་། ཚུལ་བ་དང་། དུན་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སོ་བདུན་  
 བློ་མེད་གི་སྟོན་པ་བཞག་གི་རྣམས་ཀྱི་བརྟུན་ཤི། བརྟུག་ཁེན། དད་པ་  
 དང་། བཙུག་འགྲུས་དང་། དུན་པ་དང་། ཤེས་རབ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 དང་། བཏང་སྦྲུམས་དང་། དགའ་བ་དང་། རྟོགས་པ་དང་། ཚུལ་བྱིས་ས་  
 དང་། ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཤེས། དུན་པ་ཉེར་བཞག་  
 བཞི་ཤེས་རབ་དང་། ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི་བཙུག་འགྲུས་དང་། རྩ་འབྲུལ་  
 ཀླང་པ་བཞི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། དབང་པོ་ལྟ་དང་སྟོབས་ལྟ་ནི་དངོས་སུ་  
 བཤད་ལ། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་གི་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ནི་ཤེས་རབ་  
 ཤི། གཞན་ནི་བཤད་ཟིན་ལ། བདུན་པའི་ལྟ་བ་ནི་ཤེས་རབ་དང་། ཚུལ་བ་  
 བློ་བཙུག་འགྲུས་དང་། དག་སོགས་གསུམ་ནི་ཚུལ་བྱིས་སོ། །བྱི་བྲག་ཏུ་  
 རྩུ་བ་ནི་ལུས་དག་གཉིས་རྣམས་ཐ་དད་པས་ཚུལ་བྱིས་ས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་.....  
 གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ། བརྟུག་གཅིག་ཏུ་འདོད། རྩེ་ཆཛ་དང་པོ་གསུམ་ཤེས་རབ།  
 བཙུག་འགྲུས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཏུ་བཞག་པ་ནི་གཙོ་བོར་སྦྲས་པ་ཤི། དེ་དག་





ནི་སྐྱུར་བྱུང་གི་ཡོན་ཏན་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀུན་  
 ཀྱང་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་གནས་སྐབས་གང་དུ་བསྒྲིམ་པ་ནི། བྱེ་བྱག་སྒྲུབ་  
 གྲེ་ཆོན་བདུན་པོ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལས་དང་པོ་པ་དང་། དེས་འབྱེད་ཆ་  
 མཐུན་བཞི་རྣམས་དང་། སྒྲིམ་ལམ་དང་། མཐོང་ལམ་ལ་རབ་དུ་བྱེད། རྩེ་  
 ཆོན་བྱེ་མ་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་མདོར་བྱུང་བ་ནི་གངས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་བསྐྱུན་  
 པ་འོ། །ཞེས་སོ། །སྒྲིབ་དཔོན་ནི་བྱེ་མ་གཉིས་ཀྱང་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་སྟེ།  
 མཐོང་ལམ་ལ་བྱང་ཚུབ་ཡན་ལག་དང་། མཐོང་སྒྲིམ་གཉིས་ཀ་ལ་ལམ་གྱི་  
 ཡན་ལག་ཡོད་པར་བཞེད་དེ། མདོ་སྟེ་པའི་ལྷགས་སོ། །ཐེག་ཆེན་པ་ནི་  
 རིམ་པས་ཆོགས་ལམ་ཆེ་འབྲིང་གསུམ་དང་། རྟོད་ཅེ་དང་། བཟོད་མཆོག་  
 དང་། མཐོང་ལམ་དང་སྒྲིམ་ལམ་སྟེ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད་མཐོང་ལམ་  
 དུ་ཐོབ་ཀྱང་ངག་སོགས་མདོན་དུ་མི་བྱེད་པར་བཞེད་དོ། །གསུམ་པ་ཟག་  
 བཅས་ཟག་མེད་དཔྱད་པ་ནི། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། འཕགས་ལམ་  
 ཡན་ལག་གཉིས་ནི་ལམ་བྱེ་མ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པས་ཟག་མེད་ཉིད་དང་།  
 རྩེ་ཆོན་གཞན་ལྷ་ནི་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལམ་ལྷ་ཆར་  
 གྱི་མཉམ་རྒྱུ་ཅི་རིགས་ན་ཡོད་པས་སོ། །དེས་ན་ས་མཆོམས་ནི་དང་པོར་  
 ཐོབ་པའི་ས་མཆོམས་ཡིན་ནོ། །འདིས་བྱུང་པར་ཅན་མིན་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་སོ། །བཞི་པ་ས་གང་ན་ཡོད་དཔྱད་པ་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 དངོས་གཞི་ཙམ་ན་སོ་བདུན་པོ་ཐམས་ཅད་སྲིད་ལ། མི་ཚུགས་མེད་ན་  
 དད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱང་དགོས་པ་དང་། ས་འོག་མའི་དོགས་པ་དང་  
 བཅས་པས་དགའ་བ་མ་གཏོགས་པ་སོ་བྱུག་དང་། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
 བརྟོག་པ་མ་གཏོགས་པ་སོ་བྱུག་དང་། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ན་





དགའ་བ་དང་རྟོག་པ་དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་པ་སོ་ལྷ་རེ་དང་། བསམ་  
 གཏན་བར་པ་སྟེ་བྱད་པར་ཅན་ནའང་དགའ་བ་དང་རྟོག་པ་མིན་པ་སོ་ལྷ་  
 དང་། གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་ནའང་དགའ་རྟོག་དེ་གཉིས་དང་ཚུལ་  
 བྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་ངག་སོགས་གསུམ་མིན་པ་ལྷག་མ་སོ་གཉིས་སོ། །བྱང་  
 ཚུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལམ་ཀྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད་མ་གཏོགས་པ་ཉེར་  
 གཉིས་ནི་འདོད་ཁམས་དང་སྲིད་ཅེ་ན་སྟེ། དེ་གཉིས་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་  
 མེད་པས་སོ། །གཟུགས་མེད་ན་ལུས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ངེ་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན།  
 དེ་ནི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལ་དམིགས་  
 པ་ན་ཡོད་དེ། སྒྲིམ་པ་དེ་འབྱུང་འབྱུར་ཡིན་པས་སོ། །ལྷ་པ་གནས་སྐབས་  
 གང་དུ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དགེ་  
 འདུན་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཏེ་བཞི་པོ་ལ་མཐོང་ལམ་དུ་ཤེས་  
 བ་དད་པ་ཐོབ་པོ། །དེ་ལས་བདེན་པ་དང་པོ་གསུམ་མཐོང་བའི་དུས་ན་  
 འཕགས་པ་དགུས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། བདེན་པ་རྣམས་ངེ་ལྟར་བཞིན་  
 ཤེས་ཏེ་རྟོགས་ནས་ཡིད་ཆེས་པའི་དུས་སུ་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་ལ།  
 ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་དུས་ན་སངས་རྒྱས་དང་དགེ་  
 འདུན་དག་ལའང་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་སྟེ། ཡང་གི་སྒྲིམ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་  
 དང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཐོབ་པའང་བསྟུ་བའོ། །འདིར་གང་ལ་ཆོས་སུ་  
 དགོངས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་ནི་བདེན་པ་དང་པོ་གསུམ་དང་རང་སངས་  
 རྒྱས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྣམས་གཉིས་སུ་འདུས་  
 ཏེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ནི་དད་པ་དང་། འཕགས་པ་  
 དགུས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ནི་ཚུལ་བྲིམས་ཡིན་པས་སོ། །དོ་པོ་ནི་གཅིག་ཏུ་དེ་





མ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་མ་པ་ནི་ལངས་ནས་ཨེ་མ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སོ། །དེའི་ཆོས་འདུལ་བ་ནི་ལེགས་པར་གསུངས་  
 པའོ། །དེའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དག་འདུན་ནི་ལེགས་པར་ཞུགས་པའོ། །ཞེས་  
 མདོན་དུ་བྱེད་ཅིང་དེ་གསུམ་གྱིས་བྱས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱང་རབ་དུ་དང་……  
 བ་ཡིན་པས་ཐ་མར་བཞི་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཤད་དེ། སྤྲན་པ་དང་། སྤྲན་  
 དང་། རྟན་གཡོག་པ་དང་། རྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ལམ་གྱིས་ཐོབ་  
 པའི་རྣམ་གྲོལ་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཡང་དག་པའི་རྣམ་གྲོལ། ཡང་དག་  
 པའི་ཤེས་པ། རྣམ་གྲོལ་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། མདོ་ལས་ཡང་  
 དག་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་ཤེས་པ་གཉིས་སྟོབ་པ་ལ་མ་བཤད་པ་ཅི་ཞེན།  
 ད་དུང་ཉན་ཐོངས་པའི་འཆིང་བས་བཅིངས་པའི་ཕྱིར་སྟོབ་པའི་ལམ་གྱི་……  
 ཡན་ལག་དུ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མདོ་ལས་མ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་གྲོལ་དེ་  
 ནི་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་ཉན་ཐོངས་བཅོམ་པའི་  
 འགོག་པ་ནི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་འདུས་མ་བྱས་དང་། མི་སྟོབ་པའི་མོས་པ་ནི་  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་འདུས་བྱས་སོ། །མི་སྟོབ་པའི་ཡན་ལག་ནི་རྣམ་གྲོལ་འདུས་  
 བྱས་དེ་ཡིན་ལ། རྣམ་གྲོལ་འདུས་བྱས་དེ་ཉིད་མདོ་ལས། སེམས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དང་། ཤེས་རབ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་གཉིས་སུ་གསུངས་སོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བའི་ཤེས་པ་ནི་གང་ཞེན། བྱང་ཆུབ་ཅེས་སྐར་རི་  
 སྐད་བཤད་པ་ཟད་མི་སྟེ་ཤེས་པ་ཉིད་འདིར་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པའོ། །  
 གསུམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ལམ་གང་སྟོབ་པ་ལས་གྲོལ། ལམ་གང་གིས་སྟོབ་པ་  
 སྟོང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར། ཡིད་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཐུ་བཞིའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་དུས་གསུམ་གྱི་སེམས་གང་གྲོལ་བར་འབྱུར་







ཞེན། མི་སྒྲིབ་པའི་སེམས་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་མ་འོངས་པ་སྒྲིབ་པ་ལས་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། གནས་སྒྲུབས་གང་གི་ལམ་གྱིས་དེའི་  
 སྒྲིབ་པ་སྤྲོད་ཞེན། འགག་པར་འགྱུར་བ་ད་ལྟར་བའི་ལམ་གྱིས་མི་སྒྲིབ་  
 པའི་ལམ་དེའི་སྒྲིབ་པ་སྟེ། དེ་སྐྱེ་བའི་གོགས་ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་པ་རབ་  
 ཏུ་སྤྲོད་ངོ། །རྗེ་ལྟར་སྤྲོད་ཞེན། གཉེན་པོ་ད་ལྟར་བས་སྤང་བའི་ཐོབ་པ་ད་  
 ལྟར་བ་ལ་དངོས་སུ་གནོད་པ་བྱེད་ལ། ཐོབ་པ་དང་བྲལ་བ་ན་སྤང་བུ་སྐྱེ་  
 འཕྲོ་ཆད་པ་ལ་སྤངས་ཞེས་བརྗོད་ངོ། །སྤང་བུ་མངོན་གྱུར་གྱིས་ནི་  
 དམིགས་རྣམ་འཛིན་པས་གཉེན་པོ་ད་ལྟ་བ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་འཇུག་ལ།  
 ཐོབ་པས་ནི་དམིགས་རྣམ་མི་འཛིན་པས་གཉེན་པོ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་འགལ་  
 ལོ། །སྤང་བུ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བ་ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཐོབ་པ་  
 དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བར་མ་བཤད་ངོ། །མངོན་པ་གོང་མ་  
 ལྟར་ན། བར་ཆད་མེད་ལམ་ད་ལྟར་བས་སྤང་བའི་ས་ཐོན་དང་ད་ལྟར་བ་  
 ལ་དངོས་སུ་གནོད་པ་བྱེད་ཅིང་། ས་ཐོན་དང་བྲལ་བས་སྤང་བུ་ཕྱིས་མི་སྐྱེ་  
 བའི་ཆོས་ཅན་ཏུ་གྱུར་པ་ན་སྤངས་ཞེས་བརྗོད་ངོ། །གསུམ་པ་ནི། རྣམ་  
 གྲོལ་འདུས་མ་བྱས་དང་། སྤངས་པའི་ཁམས་དང་། འདྲོད་ཆགས་དང་།  
 བྲལ་བའི་ཁམས་དང་། འགོག་པའི་ཁམས་ཞེས་འབྱུང་བས། དེ་རྣམས་ལ་  
 བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། འདུས་མ་བྱས་དེ་ཉིད་ཁམས་གསུམ་ཞེས་བྱ་ལ།  
 དེ་གསུམ་གྱི་བྱད་པར་ནི། འདྲོད་ཆགས་ཀྱན་ཟད་པ་ནི་འདྲོད་ཆགས་དང་།  
 བྲལ་བའི་ཁམས་དང་། སྤངས་པའི་ཁམས་ནི་འདྲོད་ཆགས་ལས་གཞན་  
 པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཟད་པ་དང་། འགོག་པའི་ཁམས་ཞེས་པ་ཉོན་  
 མོངས་པའི་གཞི་ཡང་དག་པར་ཟད་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཉོན་མོངས་མིན་པའི་





གཟུགས་སྟགས་ཟག་བཅས་སོ། ཁོང་མ་བ་ནི་དེ་གསུམ་མཐོང་སྤང་དང་།  
 སྟོམ་སྤང་དང་། སྤང་པོ་ཀུན་ཟད་པ་ལ་བཞིན་དོ། བཞི་པ་ནི། ཡིད་  
 འབྱུང་བའི་དངོས་པོ་དེས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རམ་ཞེན།  
 སྤྱག་བསྐལ་དང་ཀུན་འབྱུང་ལ་བཟོད་ཤེས་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་འབྱུང་ལ།  
 བཟོད་ཤེས་གང་གིས་སྤང་བྱ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་ཀུན་གྱིས་འདྲོད་ཆགས་...  
 དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། ཇི་ལྟ་ན་ནི་ཟུ་བཞི་སྤྱིད་དེ། ཡིད་འབྱུང་ལ་  
 འདྲོད་ཆགས་དང་མི་འབྲལ་བ་ནི་སྤྱོད་ལམ་མིན་པའི་སྤྱག་ཀུན་གྱི་ཡུལ་.....  
 ཅན་ནོ། གཉིས་པ་ནི། འགོག་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་མོ། གསུམ་  
 པ་ནི། སྤྱག་ཀུན་གྱི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་མོ། བཞི་པ་ནི། སྤྱོད་ལམ་མིན་  
 པའི་འགོག་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཅན་ནོ། ཆོས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་  
 བྱ་རབ་གསལ་ལས། ལམ་དང་གང་ཟག་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་དྲུག་  
 པའི་འགྲེལ་བཤོ། །

### གནས་བདུན་པ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ་བཤད་པ།

བདུན་པ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཤེས་པ་དང་། ལྟན་པ་དང་།  
 ཐོབ་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ནོ། ཇིང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། བཟོད་ཤེས་དང་། ལྟ་  
 བའི་ཁྱད་པར། ཤེས་པ་བརྩེ་ངོས་བཟུང་བ། དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་དབྱེད་  
 པའོ། ཇིང་པོ་ནི། བཟོད་པ་དང་། ཤེས་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་  
 དང་། ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་འབྱུང་ན་བཟོད་པ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་ཡིན་  
 ནམ། ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ལྟ་བ་ཡིན་ནམ་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་  
 ཅེན། མཐོང་ལམ་གྱི་དྲི་མེད་དེ་ཟག་མེད་ཀྱི་བཟོད་པ་བརྟུད་པོ་རྣམས་ནི་  
 ཡུལ་ལ་ཡང་དག་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པས་ལྟ་བ་ཡིན་ལ། བཟོད་པའི་དུས་





ལུ་སྤང་བྱའི་སྤ་རྒྱས་མ་སྤངས་པས་ཤེས་པ་ཞེས་འཇོག་པ་མིན་ནོ། །འདི་ནི་  
 བཟོད་ཤེས་ཀྱི་ལྷར་དངས་པའི་ཤེས་པ་མིན་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱིར་.....  
 ཤེས་པ་མིན་ཞེས་བཟོད་པ་མིན་ནོ། །ཟད་པ་དང་མི་སྤྱེ་བ་ཤེས་པའི་སྤྱི་ནི་  
 རྟོག་ཅིང་ཆོལ་བའི་བསམ་པ་ཅན་མིན་པས་ལྟ་བ་མིན་ནོ། །བཟོད་པ་དང་  
 ཤེས་པ་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་འཕགས་པ་སྟེ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤྱི་ནི་ཤེས་པ་  
 དང་ལྟ་བ་གཉིས་ཀ་སྟེ། བེ་ཆོམ་དང་བྲལ་ཅིང་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པས་  
 སོ། །ཟག་མེད་ལས་གཞན་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ། ཤེས་པ་འདི་ལ་བེ་ཆོམ་སྤངས་པ་དེས་པར་མི་དགོས་སོ། །  
 འཇིག་ལྟ་སོགས་ལྟ་དང་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེ་དུག་ནི།  
 ལྟ་བ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་ལྟ་བ་མིན་ལ། འང་གི་སྤྲས་དེ་དུག་ཤེས་པའང་  
 ཡིན་པར་སྟོན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། དབྱེ་བ་དངོས་དང་། སེམས་ཤེས་བྱང་  
 པར་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བསྐྱེད་ཤེས་པ་གཉིས་ཏེ། ཟག་བཅས་  
 དང་། ཟག་མེད་དོ། །དང་པོ་ཟག་བཅས་ནི་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་འཇིན་  
 པའང་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཕལ་ཆེར་བྱམ་སྤྲུམ་སོགས་ཀྱན་རྫོབ་འཇིན་པས། ཀྱན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཟག་མེད་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་།  
 རྗེས་སུ་ཤེས་པའོ། །སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱང་འདི་གཉིས་སུ་འདུས་  
 པས། ཁོ་ན་ཞེས་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟར་ཀྱན་རྫོབ་དང་། ཆོས་དང་རྗེས་སུ་ཤེས་  
 པ་གསུམ་ཡིན་ལ། ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་ཅི་རིགས་པར་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་དོ། །ཆོས་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ནི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་  
 སོགས་བདེན་པ་བཞི་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ནི་གོང་མའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་སོགས་བདེན་པ་བཞིའོ། །ཆོས་ཤེས་རྗེས་ཤེས་དེ་དག་ཉིད་དམིགས་





བ་བདེན་བཞིའི་བྱེ་བྲག་གིས་སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་པ་སྟགས་བཞིའོ། །ཆོས་ཤེས་  
 རྗེས་ཤེས་རྣམ་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་མིན་པ་ནི་མི་སྟེ་...  
 བ་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་ཤེས་པ་དག་གོ་ཞེས་སྒྱུར་བསྟན་ནས། ཟད་མི་སྟེ་  
 ཤེས་པ་དེ་གཉིས་དང་པོར་སྟེས་པ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་ལམ་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ལ་...  
 རྗེས་སྤྱེས་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིད་ཅེའི་ཕྱང་པོ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ལམ་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་  
 གི་རྣམ་པར་དམིགས་པས་སོ། །ཆོས་ཤེས་རྗེས་ཤེས་ལམ་ཤེས་ཀུན་རྫོབ་  
 ཤེས་པ་བཞི་ལས་ཕ་རོལ་གྱི་སེམས་རིག་པ་སྟེའོ། །གཉིས་པ་སེམས་ཤེས་  
 བྱང་པར་རུ་བཤད་པ་ནི། སེམས་ཤེས་དེས་ནི་མཉམ་པ་དང་དམན་པའི་  
 སེམས་ཤེས་ཀྱི། ས་འདས་པ་འོག་མས་གོང་མའི་སེམས་མི་ཤེས། དབང་པོ་  
 འདས་པ་དད་མོས་ཀྱིས་མཐོང་ཐོབ་སྟགས་ཀྱི་སེམས་མི་ཤེས། གང་ཟག་  
 འདས་པ་སྒྱུར་མི་འོང་གིས་དག་བཅོམ་གྱི་སེམས་མི་ཤེས་སོ། །ཤེས་པ་  
 བྱའང་ཞིག་པ་འདས་པ་དང་མ་སྟེས་པ་མི་རིག་གི་ད་ལྟར་བ་ཁོ་ན་ཤེས་སོ། །  
 ཆོས་ཤེས་པའི་སྒོ་དང་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་སྒོའི་སྟྱགས་མཐུན་གྱི་སེམས་ཤེས་དག་...  
 གིས་ཕན་ཚུན་ཤེས་པ་མིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་རུ་འདྲ་བ་དང་གོང་མའི་  
 གཉན་པོ་ལ་དམིགས་པའོ། །མཐོང་ལམ་ལ་སེམས་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུར་བའི་སྐབས་  
 མེད་པས་དེ་མེད་ཀྱང་གང་ཟག་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་ལམ་ཤེས་  
 ཚུལ་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཕ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་སྐད་  
 ཅིག་དང་པོ་གཉིས་རིག་སྟེ། རྗེས་བཟོད་སྟགས་དམིགས་པ་ལ་ནི་སྒྱུར་བ་  
 སྤྱང་དགོས་ཤིང་། དེའི་བར་ལ་མཐོང་ལམ་རྫོགས་ཟིན་པས་མི་ཤེས་སོ། །  
 རང་རྒྱལ་བའི་ཅུ་ལྟ་བུ་དབང་པོ་རྣེ་བས་སྒྱུར་བ་གཉིས་འགྲུབ་པས་སྐད་...  
 ཅིག་དང་པོ་གཉིས་དང་བརྒྱད་པའམ། གཞན་དག་གིས་ནི་དང་པོ་གཉིས་





དང་བཅོམ་ལ་པ་རིག་ཅེས་འདོད་དེ། སྐད་ཅིག་མ་གསུམ་ཁོ་ན་ཤེས་ལ་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ནི་སྦྱར་བ་ལ་སྦྱོས་པ་མེད་པར་རིག་པས་སྐད་ཅིག་མ་གྲུན་  
 མཁྱེན་ནོ། །ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་  
 ཅ། །ཟད་པ་ཤེས་པ་ནི་བདེན་པ་བཞི་རྣམས་ལ་བདག་གི་སྦྱག་བསྐལ་ཤེས་  
 སོ་སོགས་པས་གྲུན་སྤངས་སོ། །འཕོག་པ་མངོན་ཏུ་བྱས་སོ། །ལམ་བསྐྱམས་  
 སོ་ཞེས་ངེས་པ་འོ། །བདག་གི་སྦྱག་བསྐལ་ཤེས་ཏེ་ཡང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་  
 བྱར་མེད་ཅེས་དང་། སོགས་པ་བདག་གིས་གྲུན་འབྱུང་སྤངས་ཏེ་ཡང་  
 སྤངས་པར་བྱར་མེད་དོ། །བདག་གིས་འཕོག་པ་མངོན་ཏུ་བྱས་ཏེ་ཡང་  
 སྤང་བར་བྱར་མེད་དོ། །བདག་གིས་ལམ་བསྐྱམས་ཏེ་ཡང་སྐྱམ་པར་བྱར་  
 མེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་ཏུ་ཤེས་པ་ནི་མི་སྦྱེ་བའི་སྦྱར་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་ཁ་  
 ཆེ་བས་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་འདྲ་ཡང་ཁྱད་པར་ནི་རྗེས་ཀྱི་ངེས་  
 ཤེས་ཀྱིས་འབྱེད་པས་འདི་དག་རྗེས་ཐོག་ཏུ་འདོད་ལ། ཉི་འོག་པས་ནི།  
 རྣམ་པ་བརྒྱ་དྲུག་མིན་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་འང་ཡོད་པས་འདི་དག་.....  
 མཉམ་བཞག་གི་རྣམ་པའི་ཁྱད་པར་ཏུ་འདོད་དོ། །མངོན་པ་གོང་མ་བས་  
 ནི་གྲུན་འབྱུང་ཟད་པ་ལ་དམིགས་པ་ལ་ཟད་ཤེས་དང་། སྦྱག་བསྐལ་མི་སྦྱེ་  
 བ་ལ་དམིགས་པ་ལ་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པར་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་ཁྱད་  
 པར་དབྱེད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཤེས་པ་བརྒྱའི་ཁྱད་པར། གཉེན་པོའི་ཁྱད་པར།  
 རྣམ་པའི་ཁྱད་པར། ཁྱད་པར་གཞན་བཤད་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། གྲུན་རྫོབ་  
 ཤེས་པ་དང་ཆོས་ཤེས་རྗེས་ཤེས་གསུམ་ལ་ཤེས་པ་བརྒྱར་བྱེ་བ་ཅི་ཞེ་ན།  
 ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་པལ་ཆེར་གྲུན་རྫོབ་ཡིན་པ་ལས་གྲུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ་.....  
 དོན་དམ་མི་ཤེས་པས་སོ། །ཟག་མེད་ལ་འདོད་པ་དང་གོང་མའི་གཉེན་





པོའི་བྱེ་བྲག་ལས་ཆོས་ཤེས་དང་རྗེས་ཤེས་གཉིས་སུ་བྱེ་ལ། དམིགས་པ་  
 གཅིག་ལ་ནམ་པ་ཐ་དད་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་ཤེས་པ་གཉིས་་་་  
 དང་། རྣམ་པ་དང་སྤྱིད་ཡུལ་གཉིས་ཀ་ཐ་དད་པ་ལས་ནི་འགོག་པ་ཤེས་པ་  
 དང་། ལམ་ཤེས་པ་གཉིས་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་བྱུང་ཡང་ཤེས་ཅོད་ཀྱི་  
 ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱར་བ་བྱས་པ་ལས་གྲུབ་པ་པ་རོལ་སེམས་ཤེས་དང་། བྱ་  
 བ་བྱས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་དང་པོར་སྦྱེས་པས་ཟད་ཤེས་དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་  
 ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱས་པ་ལས་སྦྱེས་པ་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་་་་  
 པ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་ཤེས་པ་བཅུ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་གོང་  
 མའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའང་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་གཅིག་གིས་དང་  
 པོར་འདོད་པ་ལས་རྒྱལ་བར་བྱས་ན། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ལ་འགོག་པའམ་ལམ་  
 ལ་ཆོས་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་ལམ་གྱི་རྒྱན་དེ་ཉིད་སྦྱེད་པས་གོང་་་་  
 མ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་སྲིད་པས་ཁམས་གསུམ་ཅར་གྱི་གཉེན་པོ་་་་་  
 ཡིན་པ་སྲིད་དོ། །འདོད་ཁམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་རྗེས་ཤེས་ཀྱིས་བྱེད་པ་ནི་སྲིད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྦྱེས་པ་ན་ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་རྒྱལ་བར་བྱས་ཟིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ནི་ཆོས་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྦྱེས་པས་སོ། །དེ་ཡང་འགོག་ལམ་ནི་ཁམས་  
 གསུམ་དུ་མ་གཏོགས་པས་འགོག་པའང་དམན་པར་མི་བཞག་ལ། འོག་  
 མའི་སྤྲུག་ཀུན་ནི་དམན་པས་དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོམ་ལམ་ལ་ཆོས་་་་་  
 ཤེས་ཀྱིས། གོང་མའི་གཉེན་པོ་བྱེད་མི་སྲིད་པས་ན། འགོག་ལམ་ལ་ཆོས་  
 ཤེས་ཞེས་སྒྲོས་ལ། གོང་མའི་མཐོང་སྤང་ནི་རྗེས་བཟོད་ཀྱི་གཞོམ་བྱ་ཡིན་  
 པས། སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་མི་སྤྱོད་བ་དང་། མཐོང་ལམ་གྱི་འགོག་ལམ་  
 ལ་ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་སྤྱོད་བས་སྒྲོམ་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །





གང་སྤེལ་ལས། ཆོས་ཤེས་ནི་གོང་མའི་སྒྲིམ་སྤང་འདོད་པའི་ཀྱན་འགྲུའི་  
 ཡུལ་ཡིན་པས་འཛིན་པ་ཏེ། དག་པམ་པར་བྱས་ནས་ཡུལ་འཇིག་པ་བཞིན་  
 བོ། རྗེས་ཤེས་ནི་འདོད་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་མེད་དོ་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་  
 ཆུ་བཤད་པའི་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་པ་སོ་སོའི་ཆུ་བཤད་པ་དང་། ཆུ་བཤད་སོ་  
 སོའི་རྩ་བོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་དེ་བཅུ་ལས་ཆོས་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 ཤེས་པ་གཉིས་ནི་མི་རྟག་སོགས་ཆུ་བཤད་བཅུ་དྲུག་ཅན་ལོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་  
 པ་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་བཤད་བཅུ་དྲུག་ཅན་ཡང་ཡིན་ལ། ལ་ལ་དེ་ལས་གཞན་  
 དུ་རང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཆུ་བཤད་ཅན་དང་། ཁ་ཅིག་ཟོ་ཞིག་འདུག་ཅིག་  
 སོང་ཞིག་སོགས་ཏེ་གཉིས་མིན་པའི་ཆུ་བཤད་ཅན་ལོ། །བདེན་བཞི་ཤེས་པ་  
 ནི་རང་རང་གི་བདེན་པའི་ཆུ་བཤད་པས་བཞི་བཞི་པ་ཡིན་ལོ། །པ་  
 རྩ་ཡིད་ཤེས་དྲི་མེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཞི་པ་སྟེ། ལམ་ཤེས་པ་ཡིན་པས་  
 ལམ་བདེན་གྱི་ཆུ་བཤད་བཞི་ཅན་ལོ། །དྲི་མ་དང་བཅས་པའི་གཞན་སེམས་  
 ཤེས་པ་ནི་ཤེས་བྱ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཆུ་བཤད་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་  
 ཆུ་བཤད་ཅན་ཏེ། དྲི་བཅས་དྲི་མེད་གཉིས་ཀའང་རྩལ་རེ་རེའི་སྤྱད་ཡུལ་  
 ཅན་ཡིན་པས་སེམས་འཛིན་པ་ན་སེམས་བྱུང་མི་འཛིན་ལ། ཆོར་བ་འཛིན་  
 པ་ན་འདུ་ཤེས་མི་འཛིན་པ་སོགས་སོ། །ལྟག་མ་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་  
 པ་གཉིས་ནི་བདེན་པའི་ཆུ་བཤད་པ་ལས་སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་པ་མ་.....  
 གཏོགས་པ་བཅུ་བཞི་ཅན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རྗེས་ཐོབ་དུ་བདག་  
 གི་སྦྱེ་བ་ཟད་དོ་ཞེས་པ་དང་། འདི་ལས་སྤྱིད་པ་གཞན་མི་ཤེས་སོ། །ཞེས་  
 བདག་གིས་ཐ་སྟངས་འདོགས་ལ། སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་བསྟོམས་སྟོབས་  
 ཀྱིས་ཐ་སྟངས་དེ་འདོགས་པར་མི་འཐད་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅི་ཟག་





མེད་ལ་རང་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་ན། ཁ་ཆེ་བས་ནི། ཇི་མེད་  
ལ་བར་ཅུ་དུག་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པ་མེད་པར་འདོད་ལ། གཞན་ཉི་འོག་  
པས་ནི། རང་མཚན་གྱི་རྣམ་པ་འང་ཡོད་པར་འདོད་དེ། དག་བཅོམ་པ་ལྟ་  
སྟེད་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ལས། འདི་ནི་གནས་ཡོད་དོ་འདི་  
ནི་གཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པའི་གནས་་་་  
ནི་མཚན་ཉིད་དང་གཞི་ནི་རྒྱ་ཡིན་པས་སོ། ། ཞེས་སོ། ། ཅི་རྣམ་པ་བར་ཅུ་དུག་  
པོ་འདི་དག་མིང་གི་སྟོན་སམ་འོན་ཏེ་རྣམ་སྤྱོད་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་རྣམ་སྤྱོད་  
སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་གཞི་དང་། གཞན་གསུམ་ནི་རེ་རེ་སྟེ་བདུན་ཉིད་ཡིན་གྱི་  
གཞན་རྣམས་རྣམ་གྲངས་པའོ། ། ཞེས་སོ། ། བྱི་བྲག་སྐྱབས་ནི། རྣམ་སྤྱོད་གྲུབ་  
པ་ཉིད་རྣམ་པ་བར་ཅུ་དུག་སྟེ། འདི་ལྟར་སྟེན་ལ་རག་ལས་པས་མི་རྟག་པ་  
དང་། གཞོད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐུལ་བ་དང་། བདག་གི་བ་  
དང་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་སྟེན་པ་དང་། བདག་མེད་པ་དང་།  
ས་ཐོན་གྱི་ཚུལ་གྱི་རྒྱ་དང་། འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱི་ཀུན་འབྱུང་སྟེ། སྤྲ་མ་རིང་  
རྒྱ་དང་། བྱི་མ་ཉེ་རྒྱུའོ། ། རྒྱུན་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྟེབ་དང་། རྒྱ་  
ཏུ་མས་མཛོན་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་གྱིས་སྟེན་དང་། སྤང་པོ་ཞིག་པས་  
འགོག་པ་དང་། མེ་གསུམ་ཞི་བས་ན་ཞི་བ་སྟེ། མེ་གསུམ་ནི་དུག་གསུམ་མོ། །  
འཆེ་བ་མེད་པས་གུ་ཞོམ་པ་དང་། སྟེན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་ངེས་  
འབྱུང་སྟེ། སྤྲ་མ་སྤྱག་བསྐུལ་དང་བྲལ་བ་དང་། འདི་དེའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བའོ།  
མུང་འདས་སྤྱ་བཞོད་པའི་དོན་གྱི་ལམ་དང་། ཐར་པའི་ཐབས་དང་ལྡན་  
པས་རིགས་པ་དང་། མུང་འདས་བསྐྱབས་པས་སྐྱབ་པ་དང་། གཏན་ཏུ་  
འབྱིན་པས་ངེས་པར་འབྱིན་པའོ། ། རྣམ་པ་ཞེས་པ་ཅི་ཞེ་ན། བྱི་བྲག་སྐྱབ་







ཤེས་རབ་ཏུ་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཇུས་གཉིས་མཚུངས་པར་  
 མི་ལྟན་པས་ཤེས་རབ་དེ་རྣམ་མེད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྦྱོན་བཅོམ་པར་  
 ལྷང་ངོ་། །མདོ་ཞེ་པས་ནི་ཤེས་པའི་འཛིན་སྤངས་སུ་འདོད་དེ། འདི་ཉིད་  
 རིགས་སོ། །ཅི་ཤེས་རབ་ཁོ་ནས་དམིགས་པ་འཛིན་ནམ་ཞེ་ན། ཤེས་རབ་  
 དེ་དང་བཅས་པའི་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འཛིན་པར་  
 བྱེད་ལ། གང་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གཟུང་བྱ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ཤེས་པའི་  
 བྱང་པར་གཞན་བསྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རོ་པོ་ཉིད་ཀྱི་བྱང་པར་ངོས་བཟུང་།  
 རྟེན་གྱི་བྱང་པར་བཤད་པ། དུན་པ་ཉེར་བཞག་གི་བྱང་པར། དམིགས་  
 པའི་བྱང་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་བརྩུལ་ས་དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་  
 བྱི་དགེ་མི་དགེ་ལྷང་མ་བསྟན་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། གཞན་དགུ་དགེ་བ་ཁོ་  
 བའོ། །གཉིས་པ་ནི་ས་གང་ལ་བརྟེན་ཞེ་ན། དང་པོ་ས་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
 བྱ་ཡོད་ལ། ཆོས་ཤེས་བསམ་གཏན་ས་རྩལ་བྱ་ཡོད་ཀྱི་དེ་འདོད་པའི་  
 གཉེན་པོས་བྱེ་བས་གཞན་ན་མེད་དོ། །ཟག་མེད་ས་དགུ་ན་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་བདེན་པ་བཞི་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་  
 པ་སྟེ་རྩལ་པོ་རྗེས་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་རྣམས་ས་དགུ་ན་སྟེ་ཆོས་ཤེས་ཀྱིས་.....  
 བསྐྱས་པ་ནི་ས་རྣམ་པ་རྩལ་བྱ་བའོ། །གཞན་ཡིད་ཤེས་པ་ནི་སྦྱེད་ཀའ་བས་  
 ལམ་སྤྱོད་བ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཁོ་ན་བྱ་ཡོད་དོ། །ལུས་གང་ལ་  
 བརྟེན་ཞེ་ན། སེམས་ཤེས་དེ་ནི་བསམ་གཏན་ཉིད་ལ་བརྟེན་པས་འདོད་པ་  
 དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཉིད་ཏུ་ངེས་ལ། ཆོས་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཙོ་  
 པོར་འདོད་པའི་སྤྲུལ་འབྱེན་པས་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ན་སྟེ། གོང་མ་  
 གཉིས་དེ་ལས་གོ་ལ་ཟིན་པས་སྤྲུལ་མི་འབྱེན་པས་སོ། །ཁམས་གསུམ་པའི་





རྟེན་ཅན་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་བརྒྱད་དོ། །གསུམ་པ་ནི། འཕྱོག་སྒྲིལ་  
 འདུས་མ་བྱས་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གཅིག་པུའོ། །  
 བ་རྩལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པའི་སྒྲིལ་ནི་མཚུངས་ལྡན་འཛིན་པས་སེམས་དང་།  
 ཆོར་བ་དང་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་སྟེ་གསུམ་མོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་ལྷག་མ་  
 བརྒྱད་ནི་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་ཆར་ཡོད་དོ། །བཞི་པ་དམིགས་པའི་  
 བྱད་པར་ལ་གསུམ་སྟེ། ཤེས་པ་གང་གི་དམིགས་པ་ཤེས་པ་རུ་ཡིན་པ།  
 ཆོས་ཤེས་རུ་མ་ཡུལ་ཅན་གང་གིས་དམིགས་པ། ཤེས་པ་གཅིག་གིས་ཇི་  
 ཅམ་ཤེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་གང་གི་ཡུལ་རུ་ཤེས་པ་རུ་ཞིག་འགྱུར་  
 བེན། ཆོས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིལ་སྟེ་ཡུལ་རུ་ཇེས་ཤེས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་དགུ་  
 སྟེ། ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རུ་ཟག་མེད་བརྒྱད་དང་སྟག་ཀུན་ལ་ཆོས་  
 ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རུ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་འགྱུར་གྲིད་པས་སོ། །ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རུ་  
 ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ་དགུ་དང་། ཇེས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིལ་ཡུལ་རུ་ཆོས་  
 ཤེས་མ་གཏོགས་པ་དགུ་ཡིན་ཏེ། ལམ་ཤེས་ཀྱིས་ལམ་བདེན་ལ་དམིགས་  
 ཤིང་། ཆོས་ཤེས་དང་ཇེས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིལ་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་མི་དམིགས་  
 པས་སོ། །སྟག་བསྐལ་ཤེས་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་ཤེས་པའི་སྒྲིལ་ཡུལ་ནི་སྟག་  
 ཀུན་གྱིས་བསྐལ་པ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། གཞན་སེམས་ཤེས་པ་གཉིས་  
 ཡིན་ནོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་ཡུལ་རུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། སེམས་ཤེས་  
 ཇི་མེད་ཀྱི་ཡུལ་རུ་ཤེས་པ་དགུ་དང་། ཇི་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་རུ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་  
 དང་། སེམས་ཤེས་དག་པ་བདུན་འབྱུང་གིད་ལ། ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་  
 ཤེས་པ་ནི། སྟག་ཀུན་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་དག་གི་ཡུལ་ཤེས་  
 པ་བརྩུ་ཅར་ཡིན་པ་གྲིད་པས། ཤེས་པ་དེ་བཞིའི་ཡུལ་ནི་ཤེས་པ་བརྩུ་ཅར་





ཡིན་ཏུ་རུང་ངོ་། །འགོག་པ་ཤེས་པ་གཅིག་གི་ཡུལ་ནི་ཤེས་པ་མིན་ཏེ། དེས་  
 འདུས་བྱས་མི་ཤེས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆོས་བརྒྱུ་པོ་དག་ནི་ཤེས་པ་  
 གང་གི་དམིགས་པ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་བར་བྱ་ལ། བརྒྱ་གང་ཞེན། ཁམས་  
 གསུམ་པ་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཏེ་བཞི་ལ་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་མིན་གཉིས་.....  
 གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་དང་། འདུས་མ་བྱས་ལ་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་ཏེ་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་བརྒྱུ་། །དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་བརྒྱ་ཅར་སོ། །  
 ཆོས་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་ལྷ་སྟེ། འདོད་པ་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་  
 མིན་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བཞི་དང་། འདུས་མ་བྱས་དགེ་བའོ། །རྫེས་ཤེས་ཀྱི་  
 ཡུལ་ནི་བརྒྱན་ཏེ། གང་མ་གཉིས་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་མིན་  
 གཉིས་གཉིས་ཏེ་བྱག་དང་འདུས་མ་བྱས་དགེ་བའོ། །སྒྲུག་ཀུན་ཤེས་པའི་  
 ཡུལ་རྒྱ་བྱག་སྟེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་མིན་གཉིས་གཉིས་སོ། །  
 འགོག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་འདུས་མ་བྱས་དགེ་བ་གཅིག་སྟེ། །ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཡུལ་རྒྱ་དྲི་མེད་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་མིན་གཉིས་སོ། །སེམས་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱ་  
 འདོད་གཟུགས་དང་དྲི་མེད་ཀྱི་མཚུངས་ལྡན་གསུམ་མོ། །ཟད་མི་སྟེ་ཤེས་  
 པའི་ཡུལ་རྒྱ་འདུས་མ་བྱས་ལུང་མ་བསྟན་མིན་པ་དགུ་སྟེ། དེ་དག་གིས་  
 བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་ན་ནམ་མཁའ་དང་། བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་  
 ནི་བདེན་བཞིར་མ་འདུས་པས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། ཤེས་པ་གཅིག་གིས་ཆོས་  
 བརྒྱ་ཆར་ཤེས་པ་ཡོད་དམ་མེད་ཅེན། མེད་དེ། མདོ་ལས། དགེ་སྦྱོང་དམ་  
 བྲམ་བེ་ཡང་རུང་གང་རུང་གཅིག་ཅར་ཤེས་པའམ། ཐམས་ཅད་ཤེས་  
 པའམ། མཐོང་བ་དེ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འོན་ཀྱང་  
 ཐོས་བསམ་ལས་བྱུང་བའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་གཅིག་སྟེ་རང་གི་ཆོགས་ཏེ།





རང་ཉིད་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་ཆོས་མཚུངས་ལྟན་ཡིན་མིན་ལས་གཞན་.....  
 བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་རིག་པར་འབྱུང་རོ། །  
 རང་དང་ཆོགས་པ་ནི་རིག་པ་མིན་ཏེ། རིམ་པས་རལ་གྱིས་རང་མི་གཅོད་  
 པ་ལྟར་རང་ལ་བྱ་བྱེད་འགལ་བས་དང་། མཚུངས་ལྟན་འཛིན་ན་དེ་དང་  
 དམིགས་པ་གཅིག་པས་མཚུངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་རང་ལ་དམིགས་  
 དགོས་པ་ལས་རང་རིག་མེད་པས་ན་དེ་འདྲ་མི་སྲིད་པ་དང་། མིག་གིས་  
 མིག་སྒྲན་མི་མཐོང་བ་ལྟར་ཏུ་ཅང་ཉེ་བས་མི་འཛིན་ནོ། །ཤེས་པ་བསྟན་  
 ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་ཤེས་པའི་ལྟན་ཚུལ་ནི། སོ་སྟེ་ཆགས་བཅས་ནི་ཀུན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་གཅིག་སུ་དང་ལྟན་ནོ། །འདྲོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་  
 བ་རོལ་ལེམས་ཤེས་པ་དང་ཡང་ལྟན་ནོ། །འབགས་པ་ནི་ཟག་མེད་སྐད་  
 ཅིག་དང་པོ་ལ། འདྲོད་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་མ་བྲལ་བ་ཅན་རྒྱུ་ཞུགས་  
 ཞུགས་པ་འཕམ་ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པ་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་གཅིག་སུ་དང་  
 ལྟན་ཏེ། བཟོད་པ་ནི་རྣམ་གྲོལ་གྱིས་ཤེས་པ་མིན་ལ། ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་  
 གཞན་ཡང་མེད་པས་སོ། །དེ་དག་ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་ནི་  
 ཆོས་ཤེས་དང་སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་པ་གཉིས་བསྟན་ཏེ་གསུམ་དང་། དེ་ཡན་  
 ཆད་སྐད་ཅིག་མ་བཞི་ལ་ཤེས་པ་རེ་རེ་འཕེལ་བ་ལྟན་ཏེ། སྤྱག་བསྐལ་རྗེས་  
 ཤེས་ལ་རྗེས་ཤེས་འཕེལ་བས་བཞི་དང་། ཀུན་འབྱུང་ཆོས་ཤེས་ལ་ཀུན་  
 འབྱུང་ཤེས་པ་དང་། འགོག་པ་ཆོས་ཤེས་ལ་འགོག་པ་ཤེས་པ་དང་། ལམ་  
 ཆོས་ཤེས་ལ་ལམ་ཤེས་པ་འཕེལ་བས་བདུན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་སྤར་ནས་ལྟན་  
 པ་ནི་མི་འཕེལ་ལོ། །སྒྲིམ་ལམ་ལ་འང་ཤེས་པ་བདུན་པོ་དེ་དག་སྟེ་ཕྱིར་མི་  
 འོང་ཆགས་བྲལ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ཏུ་ལེམས་ཤེས་པ་བསྟན་པས་སྐད་ཅིག་





དང་པོ་ལ་གཉིས་ལྟན་པ་ནས་སྒྲིམ་ལམ་པ་ལ་བརྒྱད་ལྟན་པའི་བར་དུ་སྒྱུར་  
 རོ། ཁི་སྒྲིབ་པ་ལ་བཅད་མི་སྒྲེ་ཤེས་ལྟན་པ་ནི། གོ་སྒྲིབ་ས་མ་བཤད་དོ། །  
 གསུམ་པ་ཤེས་པ་ཐོབ་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པ།  
 ལམ་གཞན་གྱི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པ། ཐོབ་པའི་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཡང་  
 གནས་སྐབས་གང་དུ་ཤེས་པ་དུ་ཐོབ་ཅིན། མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བཅོད་པ་  
 བརྒྱད་དང་། ཤེས་པ་བརྒྱན་སྒྲིམ་པའི་ཆེ། ཇི་ལྟར་སྒྲིམ་པ་རྣམས་དང་འདྲ་  
 བ་མ་འོངས་པ་དང་། དེ་རྣམ་པ་བཞི་ཁོ་ན་རང་རང་གི་ཆེ་ཐོབ་པོ། སྤྱག་  
 བསལ་ཆོས་བཅོད་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་དེ་དང་དམིགས་རྣམ་འདྲ་བའི་ཆོས་བཅོད་  
 མ་འོངས་པ་དང་། དེའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སྟགས་བཞི་ཁོ་ན་ཐོབ་ལ་སྤྱག་  
 བསལ་ཆོས་ཤེས་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་དེ་ཉིད་མ་འོངས་པ་དང་། དེའི་རྣམ་པ་བཞི་  
 ཁོ་ན་ཐོབ་སྟེ་རྟེན་ཤེས་སྟགས་ལའང་སྒྱུར་རོ། །དེ་རྣམས་མངོན་དུ་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། མཐོང་ལམ་ལན་དུ་མར་མི་སྒྲེ་བས་སོ། །མཐོང་ལམ་དེ་ཉིད་ལ་  
 བཅོད་ཤེས་རིགས་འདྲ་ཁོ་ན་ཐོབ་པ་མ་བཅད། རྟེན་ཤེས་དང་པོ་གསུམ་ལ་  
 བཅོད་པ་དེ་དང་དེར་བཅད་པར་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་  
 བྱད་པར་ཅན་སྒྲིམ་མེད་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་ལ། ཆོས་ཤེས་ལ་ནི་མི་ཐོབ་སྟེ།  
 བཅོད་པ་བཅད་པར་མ་རྟོགས་པས་སོ། །བཅོད་པ་རེ་མངོན་པར་རྟོགས་  
 པའི་རྟེན་ལ་ཐོབ་པ་དེའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དེ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་  
 པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །ལམ་ལ་རྟེན་ལ་མི་ཐོབ་པ་ཅི་ཞེན།  
 ལམ་བཅོད་ནི་སྒྲིམ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་ཡེ་མ་རྟོགས་ཤིང་། ལམ་ལ་  
 རྟེན་ཤེས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་བཅད་པར་མ་རྟོགས་ལ། མཐོང་སྤང་གི་གཉེན་པོའི་  
 ལམ་ཉིད་ལའང་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་བྱེ་བྱག་གིས་དུ་མ་ཡོད་པས།





གང་ཟག་གཅིག་གིས་ཟད་པར་སྒྲིམ་མི་ནུས་པའི་ཕྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་...  
 པའི་མཐའ་མེད་དོ། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དེ་རེས་འགའ་མངོན་དུ་བྱེད་དམ་  
 ཞེན། དེ་ནི་མཐོང་ལམ་གྱི་ཐོབ་བྱ་ཡིན་པས་སྒྲིམ་ལམ་དུ་ནི་མངོན་དུ་མི་  
 འགྱུར་ལ། མཐོང་ལམ་དུ་ནི་སྒྱེ་བའི་སྐབས་མེད་པས་མི་སྒྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས། ཤོང་མ་བས་ནི། མཐོང་ལམ་གྱི་མཐུས་དེའི་རྗེས་ཐོབ་  
 དུ་བདེན་བཞི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་དུ་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་བཅུ་དྲུག་སྟེ།  
 དེ་རྣམས་མཐོང་ལམ་དུ་ཐོབ་ཀྱི། མངོན་དུ་མི་བྱེད་དེ། སྐད་ཅིག་བཅུ་དྲུག་  
 རྒྱན་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བས་འཇིག་རྟེན་པའི་སེམས་གྱི་སྐབས་མེད་པས།  
 དེས་ན་རྗེས་ཐོབ་སྒྲིམ་ལམ་དུ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་བཞེད་དོ། ལ་དུ་ཞིག་  
 གིས་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཐོབ་ཅེན། མཐོང་ལམ་ས་གང་ལ་བརྟེན་པའི་རང་  
 ས་དང་འོག་སའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་འཐོབ་སྟེ། མཐོང་ལམ་བསམ་གཏུན་  
 བཞི་པ་ལ་བརྟེན་ན་ས་བདུན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
 མཐའ་ལས་བྱུང་བའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ་དུན་པ་ཉེར་བཞག་དུ་ཡིན་ཞེན།  
 འགོག་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བ་ནི། ཆོས་དུན་པ་ཉེར་  
 བཞག་གཅིག་ལུ་འོ། བདེན་པ་གཞན་གཉིས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
 མཐའ་ལས་བྱུང་བ་ནི་དུན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་ཆར་ཡིན་ནོ། རྣམ་པ་ནི་  
 བདེན་པ་གང་རྟོགས་པ་རང་རང་གི་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །  
 སྦྱར་བ་འབད་པ་ལས་བྱུང་བས་སྒྱེ་བས་ཐོབ་པ་མིན་ནོ། གཉིས་པ་ནི།  
 སྦྱོབ་ལམ་དུ་ཐོབ་པ་ནི་འདོད་པའི་འཆིང་བ་ཀུན་ལྡན་ནམ། དགུ་པའི་  
 བར་ལྡན་པའི་ཆགས་བཅས་ཀྱི་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་བཅུ་དྲུག་པ་  
 ལ་བདེན་པ་བཞི་ཤེས་དང་། ཆོས་ཤེས་རྗེས་ཤེས་ཏེ་དུག་ཐོབ་ལ། སྦྱོབ་





ལམ་ཡིན་པས་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་། འདྲོད་པ་ལས་  
 ཆགས་པ་དང་མ་བྲལ་བས་པ་རོལ་སེམས་ཤེས་ཀྱང་མི་ཐོབ། ཀྱན་རྫོབ་  
 ཤེས་པ་སྤར་རྟེན་ཟིན་པས་གསར་དུ་མི་ཐོབ་པོ། འདྲོད་པ་ནས་ཅི་ཡང་  
 མེད་ཀྱི་བར་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བས་བརྩ་དུག་པའི་ཆོ་བརྩན་ཐོབ་སྟེ།  
 འདྲོད་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་ཡིན་པས་པ་རོལ་སེམས་ཤེས་ལྷག་པས་སོ། བརྩ་  
 དུག་པ་དེའི་གང་མ་འདྲོད་པའི་ཆགས་བཅས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བར་ཆད་མེད་མོད་  
 ལམ་དགུ་པ་མན་ཆད་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤར་གྱི་དུག་དང་.....  
 ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ་བརྩན་ཐོབ་པོ། ལྷག་མ་གཞན་གསུམ་མི་ཐོབ་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་བསྟན་ཟིན་ཏོ། བསམ་གཏན་བཞི་དང་གཟུགས་མེད་པ་དང་པོ་  
 གསུམ་སྟེ་ས་བརྩན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་.....  
 དང་། སྒྲོབ་པའི་མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལྟ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་ལ་བརྩན་ཐོབ་སྟེ། པ་རོལ་སེམས་ཤེས་དང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་དམ་  
 གཉིས་མ་གཏོགས་པའོ། བ་རོལ་སེམས་ཤེས་ནི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་བཀག་གོ། རྟོགས་པའི་སྐལ་པ་ཅན་དབང་པོ་འཕྲོས་ཏེ་མི་གཡོ་བ་  
 ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལའང་བརྩན་ཐོབ་སྟེ། ཟག་མེད་  
 དུག་ལ་ཟད་ཤེས་བསྟན་པས་སོ། ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་མི་ཐོབ་སྟེ། སྲིད་  
 ཅེའི་གཉེན་པོ་མིན་པས་སོ། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའང་མི་ཐོབ་སྟེ། དབང་པོ་  
 འཕྲོ་བ་མ་རྫོགས་པས་སོ། སྒྲོབ་པའི་བསམ་གཏན་སྟེལ་མ་སྒྲིམ་པའི་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་དག་ལའང་བརྩན་ཐོབ་སྟེ། ཟག་མེད་དུག་དང་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཤེས་པའོ། སྒྲོབ་པ་དང་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་པས་  
 ལྷག་མ་གསུམ་མི་ཐོབ་པོ། ལ་བརྩན་གྱི་གང་མ་སྲིད་ཅེ་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་





པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དང་པོ་བརྒྱད་ལའང་ཟག་མེད་དུག་དང་.....  
 སེམས་ཤེས་ཏེ་བདུན་ཐོབ་སྟེ། རྣམ་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་པ་རྩལ་སེམས་ཤེས་མ་  
 བཀག་པས་སོ། །སྤྲིད་ཅེས་གཉིན་པོ་མིན་པས་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དོར་ཞིང་  
 སློབ་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་པས་ཐ་མ་གཉིས་ཀྱང་མེད་དོ། །སློབ་པ་  
 དབང་པོ་སྦྱང་བའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ལ་ཆགས་བཅས་ཡིན་ན་ཟག་མེད་.....  
 དུག་དང་ཆགས་བྲལ་ཡིན་ན་སེམས་ཤེས་དང་བདུན་འཐོབ་པོ། །བམ་གྱི་  
 ལྷ་ནི་ཁ་ཅིག་འདིས་འབྲས་བུ་གསུམ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་མཐོང་ལམ་དང་....  
 འདྲ་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པའང་དེས་ཐོབ་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ནི་འདིས་བདེན་པ་རྟོགས་ཟིན་པ་  
 དང་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཟིན་པས། མཐོང་ལམ་དང་མི་འདྲའོ་ཟེར་བའི་ལྷགས་  
 ཐ་དད་ལྟོན་པའོ། །སློབ་པ་དབང་པོ་སྦྱང་བའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་དུག་  
 དང་དེ་བཞིན་དུ་སྤྲིད་ཅེ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་བྱེད་པའི་བར་ཆད་མེད་...  
 ལམ་ལ་དུག་ཐོབ་པོ། །དེའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དགུ་པ་ཟད་པ་ཤེས་པ་ལ་བརྟུལ་  
 པོས་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ་དགུ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱིས་  
 བུ་ཆར་ཐོབ་པོ། །མི་གཡོ་བ་དེར་དབང་པོ་འཕོ་བའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐ་  
 མ་ལ་ཡང་བུ་སྟེ། དེའི་ཆོ་མི་གཡོ་བར་གྱུར་པས་སོ། །བཤད་པའི་ལྷག་མ་  
 ལ་སློབ་པས་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ་བརྒྱད་ཐོབ་སྟེ།  
 ཆགས་བཅས་སློམ་ལམ་གྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དགུ་པ་དང་། ས་བདུན་ལས་  
 རྒྱལ་བ་མངོན་ཤེས་སྟེལ་སློམ་གྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་། མི་གཡོ་བ་རྟོགས་  
 བྱེད་གྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་པོ་བརྒྱད་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་གི་སྦྱར་བ་དང་  
 བྱད་པར་གྱི་ལམ་རྣམས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་པས་ལྷག་མའོ།







མི་སྒྲིབ་པ་ནི་དབང་པོ་བརྒྱུ་ཆོའི་བྱེ་བྲག་གིས་མངོན་ཤེས་དང་སྤེལ་སྒྲིམ་...  
 ལམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་བྱུང་པར་གྱི་ལམ་ལ་དགུ་ལམ་  
 བརྒྱ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་སེམས་ཤེས་དོར་བས་བརྒྱད་དམ་དགུ་  
 ཐོབ་པོ། ཁོ་སྒྲེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་རེས་འགའ་སེམས་ཤེས་ཀྱང་ཐོབ་  
 ལ། རེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི་མཐོང་ལམ་གྱི་འཁོར་ཡིན་པས་སེམས་ཤེས་མི་  
 འཐོབ་པོ། ཡང་ལམ་གང་ལ་ས་ཏུ་ཞིག་གི་ཤེས་པ་ཐོབ་ཅེ་ན། ཀུན་རྫོབ་  
 ཤེས་པ་ནི་སྒྲིམས་འཇུག་བརྒྱད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་པ་མན་ཆད་ཏུ་...  
 ཉེར་བཞུགས་ཉིད་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་དགུ་པ་དང་དངོས་གཞི་དང་  
 གཉིས་ཀའི་ས་པ་ཐོབ་པོ། ཁྱེད་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་བསམ་གཏན་གཉིས་  
 པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་དང་། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལས་འདྲོད་ཆགས་  
 དང་བུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་.....  
 དང་པོ་བརྒྱད་ལ་ནི། རང་ས་གང་གི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་མ་ཟད།  
 ས་འོག་མའི་ཟག་པ་མེད་པའང་ཐོབ་ལ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་དགུ་པའི་ཆོ་ན་  
 གསུམ་པའི་ཟག་མེད་ཀྱང་ཐོབ་སྟེ། ས་དེའི་འོག་ས་རང་ས་གོང་ས་གསུམ་  
 ཀའི་ཟག་མེད་ཐོབ་པས་སོ། ཟད་པ་ཤེས་པ་ལ་ནི་ཟག་མེད་ཏུ་མ་ཟད་ཟག་  
 བཅས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཐོབ་པོ། །དག་བཅོམ་པ་ཐོབ་པའི་ཏུས་སུ་  
 རྡོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་ཐོབ་པ་བཅད་པས་མི་སྤྲུག་  
 པ་དང་། དབྱུགས་འབྱུང་རླབ་དང་། དུན་པ་ཉེར་བཞག་སྐྱེས་མ་འོངས་  
 པ་རྣམས་ཀྱང་ཐོབ་སྟེ། རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་བཞིན་ཏུ་དགེ་བའི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསུ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་འདྲོད་པའི་རྟེན་ཅན་གྱིས་ས་  
 དགུ་པའི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་ལ། སྤྱི་ཚེའི་རྟེན་ཅན་གྱིས་ནི་རང་ས་





ཉིད་སྐོབ་ཀྱི་འག་མའི་མིན་ཏེ། འག་མས་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་གསར་དུ་  
 སྐོབ་ཀྱི་གོང་མས་འག་མའི་ཡོན་ཏན་གསར་དུ་མི་སྐོབ་སྟེ། དེ་ནས་ཀྱང་  
 སྟོན་མ་རྟེན་པ་ཁོ་ན་སྐོབ་ཀྱི་རྟེན་ཟེན་པ་ནི་མི་འསྐོབ་པོ། གསུམ་པ་སྐོབ་  
 པའི་དབྱེ་བ་ནི། ཅི་སྐོབ་པ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྐོབ་པ་  
 བཞི་ལས་སྤར་མེད་གསར་རྟེན་ནི། རྟེན་པ་སྐོབ་པ་དང་། ཡང་ཡང་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པ་ནི་བསྟེན་པ་སྐོབ་པ་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་གཉིས་ནི་དགེ་བ་འདུས་བྱས་  
 ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྐོབ་པ་འོ། ལམ་སྟོན་པ་ནི་གཉེན་པོ་སྐོབ་པ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པའི་སྐོབ་པ་གཙོད་པ་ནི་ཐག་བསྐྱང་བའི་སྐོབ་པ་སྟེ། སྐོབ་པ་  
 ཐ་མ་འདི་གཉིས་ནི་ཟག་བཅས་སྤྱང་བའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། དགེ་བ་ཟག་  
 བཅས་ཀྱིས་ནི་སྐོབ་པ་བཞི་ཆར་བཞག་གོ། འདུས་བྱས་ཟག་མེད་ཀྱིས་ནི་  
 སྐོབ་པ་དང་པོ་གཉིས་སོ། ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་ནི་  
 སྐོབ་པ་ཐ་མ་གཉིས་སོ། བཞི་པ་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཏེ། ཐུན་མོང་  
 མིན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན་འོ། དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ། མཐུག་བསྟུ་བའོ། དང་པོ་ནི།  
 ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནས་རྟེན་པའི་ཆོས་གཞན་དང་མ་.....  
 འདྲེས་པ་ནི་བཙེ་བརྒྱད་དེ། གང་ཞེ་ན། སྟོབས་བརྒྱད་དང་སོགས་པ་མི་  
 འཇིགས་པ་བཞི་དང་། དུན་པ་ཉེར་བཞག་གསུམ་དང་། ཐུགས་ཇེ་ཆེན་  
 པོའོ། འདི་ནི་གཞུང་གཞན་ནས་བཤད་པ་དང་མི་མཐུན་པར་སྤང་ངོ་། །  
 གཉིས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སྟོབས་བརྒྱད་དང་། མི་འཇིགས་པ་བཞི་དང་། དུན་པ་  
 ཉེར་བཞག་གསུམ་དང་། ཐུགས་ཇེ་ཆེན་པོའོ། དང་པོ་ནི། སྟོབས་བརྒྱད་ནི།  
 གནས་དང་གནས་མིན་མཁྱེན་པ་དང་། ལས་ཀྱི་ནམ་མཁུན་མཁྱེན་པ་དང་།





བསམ་གཏན་དང་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་སྟོམས་  
 འབྲུག་མཁྱེན་པ་དང་། དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མིན་པ་མཁྱེན་པ་དང་།  
 མས་པ་སྣ་ཆོགས་དང་། ལམས་སྣ་ཆོགས་མཁྱེན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཏུ་  
 འགོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པ་དང་། སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་མཁྱེན་པ་  
 དང་། འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པ་དང་། ཟག་པ་བྱང་པ་མཁྱེན་པའི་  
 སྟོབས་སོ། །དེ་ལ་གནས་དང་གནས་མིན་མཁྱེན་པ་ནི་ཤེས་པ་བརྩ་སྟེ།  
 བདེན་པ་བཞི་ཆར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་གནས་དང་གནས་མིན་གྱི་རྒྱ་དང་རྒྱ་.....  
 མིན་པའི་དོན་ནོ། །ལས་འབྲས་མཁྱེན་པ་ལ་ཤེས་པ་བརྒྱད་དེ། འདིའི་ཡུལ་  
 རྩལ་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱས་པས་འགོག་ལམ་ཤེས་པ་མེད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་  
 རྣམ་ཐར་སོགས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆ་  
 མཁྱེན་པ་དང་། དབང་པོ་མཆོག་དམན་མཁྱེན་པ་དང་། མས་པ་དང་  
 ལམས་སྣ་ཆོགས་མཁྱེན་པ་ལ་ནི་ཤེས་པ་དགུ་སྟེ། འདིའི་ཡུལ་འདུས་བྱས་  
 གྱིས་བསྐྱས་པས་འགོག་ཤེས་པོར་བའོ། །བསམ་གཏན་སོགས་ནི་བསམ་  
 གཏན་བཞི་དང་། རྣམ་ཐར་བརྒྱད་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གསུམ་དང་།  
 སྟོམས་འབྲུག་དགུ་ལ་སོགས་པའོ། །དབང་པོ་ནི་དད་སོགས་ཀྱི་དབང་པོའོ། །  
 མས་པ་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་ལ་མས་པའོ། །ལམས་ནི་སྟོན་དཔོན་འདུས་པ་  
 བཟང་པོས་སྟོན་གོམས་པའི་བག་ཆགས་གྱིས་གྲུབ་པའི་བསམ་པ་ལ་བཞེད་  
 དོ། །ཐམས་ཅད་ཏུ་འགོ་བའི་ལམ་རྣམས་མཁྱེན་པ་ནི་འབྲས་སུ་དང་  
 བཅས་པ་འཛིན་ན་ཤེས་པ་བརྩམས། མིན་ན་འགོག་ཤེས་དོར་བ་དགུའོ། །  
 ལམ་ནི་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་ཏུ་འགོ་བའི་ལམ་མོ། །སྟོན་གྱི་གནས་  
 རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་སྟེ་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་





ཡིན་ཏེ། འདུས་བྱས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། ཟག་ཟད་འགོག་པའི་ངོ་བོ་ལ་  
 བཟུང་ན་ཆོས་ཤེས་དང་། རྗེས་ཤེས་དང་། འགོག་ཤེས་དང་། ཟད་པ་  
 དང་། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ་དྲུག་གམ། ཟག་པ་ཟད་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་བཟུང་ན་ཤེས་པ་བརྩུ་ཆར་ཡིན་ནོ། །ས་ནི་སྤོང་གི་  
 གནས་རྗེས་སུ་དུན་པའི་སྟོབས་དང་། འཆི་འཕོ་བ་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་  
 སྟོབས་གཉིས་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་བཞི་ཁོ་ན་ན་ཡོད་ལ། སྟོབས་  
 ལྷག་མ་བརྒྱད་ནི་འདོད་པ་དང་བསམ་གཏན་ས་དྲུག་དང་། གཟུགས་མེད་  
 བཞི་སྟེ་ས་བརྩུ་གཅིག་ལ་ཟག་མེད་རྣམས་ཅི་རིགས་པ་བརྟེན་ནོ། །ཉེར་  
 བསྟོགས་བདུན་ལ་ནི་མི་བརྟེན་ཏེ། ཉེར་བསྟོགས་ནི་སྤྱིང་ལམ་ཡིན་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་རྟེན་མིན་པས་སོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ལ་  
 ཡོད་དོ། །རྟེན་ནི་འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། སྤྱིང་གཞན་དང་རྟེན་  
 གཞན་ལ་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བས་སོ། །ཤེས་པ་བརྩུ་གཞན་ལ་ཡང་ཡོད་  
 ན་ཅིའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་ལ་སྟོབས་ཞེས་བྱ་ཞེན། གང་གི་  
 ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འདིའི་མཁྱེན་པ་ཤེས་བྱ་ལ་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བར་འདུག་  
 པ་དེའི་ཕྱིར་སྟོབས་ཏེ། གཞན་གྱི་ཤེས་པ་ནི་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པས་  
 སྟོབས་ཀྱི་མིང་མི་ཐོབ་པོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྤྱིང་མིང་གྱི་བུའི་སྟོབས་  
 མངའོ། །གཞན་དག་ནི་ཆོག་རེ་རེ་ལ་སྟོབས་དེ་མངའ་འོ་ཞེས་ཏེ། སངས་  
 རྒྱས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་ཆོགས་རྣམས་རིམ་  
 པ་བཞིན་སྤྱིའི་མདུད་པ་དང་། ལུ་གུ་བརྒྱད་དང་། གཟེར་བུ་བཏབ་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །མདོ་སྟེ་པའི་བརྩུན་པ་ནི། སྤྱིའི་སྟོབས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་སྟོབས་བཞིན་





ཏུ་མཐའ་ཡས་ཏེ། དེ་ལྟར་མིན་ན་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མཐའ་ཡས་པ་བཟོད་  
 པར་མི་འགྱུར་རོ། ཞེས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ཡང་དེ་ལྟར་བཞེད་དོ། སྲིད་མེད་  
 གྱི་བུའི་སྟོབས་གྱི་ཚད་ཇི་ཅམ་ཞེ་ན། སྤང་ཆེན་པལ་པ་དང་། སོགས་པ་  
 སྟོས་གྱི་སྤང་པོ་དང་། ཚན་པོ་ཆེ་དང་། རབ་རྩོན་དང་། ཡན་ལག་མཆོག་  
 དང་། སྟོབས་མཆོག་དང་། སྲིད་མེད་གྱི་བུ་སྟེ་བདུན་པོ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལས་སྟེ་  
 མ་བཅུ་འགྱུར་གྱིས་སྤྲུགས་པ་སྟེ་ལྷག་པའི་སྟོབས་དང་ལྷན་ནོ། །གཞན་ནི་  
 སྟོབས་མཆོག་བཅུའི་སྟོབས་ནི་སྲིད་མེད་གྱི་བུའི་སྟོབས་གྱི་སྤྱང་ཏུ་འདོད་དོ།  
 ལུས་གྱི་སྟོབས་དེ་ནི་རེག་བྱའི་སྟེ་མཆེད་དེ་དེའང་འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་ཁྱད་  
 པར་རམ། གཞན་ནི་འཇམ་རྩུབ་ལ་སོགས་པ་བདུན་ལས་གཞན་པའི་  
 འབྲས་བུའི་རེག་བྱར་འདོད་དོ། གཉིས་པ་མི་འཇིགས་པ་ནི། མི་འཇིགས་  
 པ་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། སྟོན་པས་བདག་ཉིད་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་  
 རྒྱས་སོ། །བདག་ཉིད་ཟག་པ་ཀུན་ཟད་དོ་ཞེས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལ་འདི་དག་ནི་ཐར་པ་ལ་བར་ཏུ་གཙང་པའོ། །འདི་  
 དག་ནི་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱེན་པའི་ལམ་མོ། ཞེས་བསྟན་པ་  
 གཉིས་ཏེ། དམ་བཅའ་བཞི་པོ་ལ་དེ་ལྟ་མིན་ནོ་ཞེས་སུས་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་  
 ཏུ་ཆོལ་རུས་པའི་རྒྱ་མ་གཟིགས་པས། མི་འཇིགས་པ་ཐོབ་པས་སོ། །དམ་  
 བཅའ་དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཀུན་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་ཇི་ལྟར་སྟོབས་དང་པོ་  
 བཞིན་ཤེས་པ་བཅུ་ཡིན་ནོ། །དམ་བཅའ་གཉིས་པ་ནི། བདག་ཉིད་གྱིས་  
 ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་སྟོབས་བཅུ་པ་བཞིན་ཤེས་པ་བྱག་གམ་  
 བཅུ་ཡིན་ལ། དམ་བཅའ་གསུམ་པ་ནི། བར་ཆད་གྱི་ཆོས་སྟུག་ཀུན་གྱིས་  
 བསྟུས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས། དེ་མཁྱེན་པ་ནི་སྟོབས་གཉིས་པ་བཞིན་འགོག་





ལམ་ཤེས་པ་དྲེན་བ་བརྒྱད་ཡིན་ཞིང་། དམ་བཅའ་བཞི་པ་ནི་སྟོབས་  
 བདུན་པ་བཞིན་ལམ་འབྲས་སུ་དང་བཅས་པ་མཁྱེན་པ་ལ་བཟུང་ན་ཤེས་་་་  
 པ་བརྒྱའམ། ལམ་ཉིད་མཁྱེན་པ་ལ་བཟུང་ན་དགའ། དེས་ན་བྱེ་བྲག་སྟོབས་  
 བ་ཤེས་པ་ཉིད་མི་འཇིགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །སྟོབ་དཔོན་ནི་ཤེས་པ་  
 དེས་བྱས་པའི་འབྲས་སུ་དམ་བཅའ་ལ་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་དུན་པ་ཉེར་  
 བཞག་ནི། སྟོན་པ་འཁོར་ཀུན་གསུམ་པར་ཉན་པ་ལ་རྗེས་ཆགས་དང་།  
 འཁོར་ཀུན་མ་གསུམ་པར་ཉན་པ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་དང་། གསུམ་མ་གསུམ་འདྲེས་མ་ལ་  
 དེ་གཉིས་ཀར་མི་འགྱུར་བར་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་བཀྲང་སྟོམས་སུ་་་་  
 བཞགས་པ་སྟེ། དེས་ན་དེའི་ངོ་བོ་ནི་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་ལ་འཁོར་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་དུ་གསུངས་སོ། །འོ་ན་དེ་ཉན་  
 རང་ལ་ཡང་ཡོད་ན་ཅིས་མ་འདྲེས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བག་  
 ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པས་སོ། །བག་ཆགས་ནི་འགྲེལ་བཤད་གཉིས་  
 སུ་སྟོན་ཉན་མངས་པ་སྤྱད་པའི་མཐུས་ལྟས་ངག་གི་སྟོང་པའི་རྒྱ་རྒྱས་པའི་་་་  
 བྱད་པར་སེམས་ལ་ཡོད་པ་ལ་བཤད་ལ། བཅུན་པ་གོ་ཆ་མཐའ་ཡས་ནི་  
 སེམས་ཀྱི་བྱད་པར་ལྷང་མ་བསྟན་ཏི་ཞེས་ཟེར་རོ། །མངོན་པ་གོང་མ་བ་ནི།  
 ཀུན་གཞིའི་སྟེང་གི་ཆོས་ནམས་སྟེང་པའི་རྒྱས་པ་ལྷང་མ་བསྟན་དུ་བཞེད་་་་  
 དོ། །བཞི་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྟོན་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པའི་སྟོན་སྟེ། བཅེ་བས་ཉིན་མཆོན་དུས་དུག་དུ་སུ་ནི་ཉམས། སུ་ནི་འཕེལ་  
 ཞེས་འཇིག་རྟེན་ལ་གཟིགས་པའོ། །ཅིས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་ཞེན།  
 བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པས་དང་། ཐུག་བསམ་  
 གསུམ་ལ་རྟོགས་པའི་རྣམ་པ་ཆེ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་





དམིགས་པས་སྤྱད་ལུལ་ཆེ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་  
 བསྐལ་གྱི་རྣམ་པར་མཉམ་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་རྣོ་བས་ན་ཆེས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་དོ། སྤྱིང་རྩེ་དང་ཐུགས་རྩེ་  
 ཆེན་པོ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། རྣམ་པ་བརྒྱད་དེ། ངོ་བོ་ཞེ་  
 སྤང་གཏི་ཐུག་མེད། དམིགས་པ་ཁམས་གཅིག་ཁམས་གསུམ་དང་། རྣམ་  
 པ་སྤྱག་བསྐལ་གཅིག་དང་གསུམ། ལ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་བཞི་པ། རྒྱུད་  
 བྱི་ཉན་ཐོས་སོགས་དང་རྒྱལ། རྩོལ་པ་འདོད་དང་སྤྱིང་ཅེའི་བལ། རོན་  
 བྱི་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད། ལས་ནི་མི་འདྲ་འདྲ་བར་མཛད། ཅེས་པ་  
 རྣམས་སོ། གསུམ་པ་མཇུག་བསྐྱ་བ་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཉམ་མཐའ་ཞེ་ན། རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་གཉིས་ཀྱིས་བྱུབ་  
 པ་དང་། འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཆོས་སྤྱོད་ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་  
 སམ་གནས་ཀྱང་པས་བརྟེས་པ་དང་། བན་འདོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 འགྲོ་བ་མཐོ་རིས་དང་བྱང་གྲོལ་ལ་འགོད་པའི་དོན་མཛད་པས་སྤྱོད་པ་.....  
 གསུམ་གྱིས་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། རོན་ཀྱང་སྤྱོད་ཆེ་རིང་ཐུང་དང་རྒྱལ་རིགས་  
 དང་བུམ་ཟེའི་རིགས་དང་། སྤྱི་བོངས་ཆོད་ཆེ་ཆུང་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མཉམ་  
 པ་མིན་ཏེ། སྤྱོད་སོགས་གསུམ་པོ་ནི་གདུལ་བྱ་དང་མཐུན་པར་སྤྱོད་ཆོགས་  
 ལྷོན་པས་སོ། གཉིས་པ་ཕུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་  
 བཟླ། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཆོས་གཞན་དག་ནི། སྤོབ་མ་ཉན་ཐོས་ཏེ་དེས་རང་རྒྱལ་ཡང་མཆོན་པས་  
 དེ་དག་དང་ཕུན་མོང་བ་ཡིན། ལ་ཅིག་ནི་རང་རང་གི་ལས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་  
 དད་དུ་སྤྱོད་བལ། ས་ས་སྤྱོད་སྤྱོད་དེ་དག་དང་ཕུན་མོང་བའོ། ཉན་རང་དང་





ཐུན་མོང་བ་གང་ཞེན། ཉེན་མོངས་མེད་པ་དང་། སྤྲོན་ནས་ཤེས་པ་དང་།  
 སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་བཞིའི་ཡོན་ཏན་དང་། སོགས་པས་ཟག་ཟད་མངོན་  
 ཤེས་དང་འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་སོགས་སོ། །སོ་སྤྱེད་ཐུན་མོང་བ་ནི་  
 མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལྟ་དང་། བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་མེད་དང་།  
 ཆོད་མེད་དང་། རྣམ་ཐར་དང་པོ་བདུན་དང་། ཟད་པ་དང་། ཟེལ་གཞོན་  
 ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ཡང་རིགས་ཐུན་མོང་བ་སྟེ་རྣམ་ནི་བྱད་པར་ཆེའོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། འཕགས་པ་དང་ཐུན་མོང་བ་དང་། སྤྱེ་འཕགས་  
 གཉིས་ཀ་དང་ཐུན་མོང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཉེན་མོངས་མེད་པ་ནི་དག་  
 བཅོམ་པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱུག་བསྐལ་ནི་ཉེན་མོངས་པ་ལས་སྤྱེས་ཤིང་.....  
 བདག་ཀྱང་ཡོན་གནས་སུ་རིག་ནས་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། བདག་ལ་  
 དམིགས་ནས་གཞན་གྱི་ཉེན་མོངས་སྤྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཤེས་པ་སྤྱེད་ནས་  
 ལངས་ཀྱང་དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བྱེད་པས་ཀྱན་རྩལ་ཤེས་པའི་རང་....  
 བཞིན་ཏེ། འདི་གཞན་གྱི་སེམས་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་གྱི་བྱད་པར་ཡིན་གྱི་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་ཅམ་གྱིས་ཉེན་མོངས་མི་སྤྱེད་པ་ནི་མིན་ནོ་ཞེས་སོ། །ས་ནི་  
 ལམ་སྤྱོད་པའི་མཆོག་བསམ་གཏན་གྱི་མཐའ་བཞི་པ་ན་ཡོད་ལ། གང་ཟག་  
 ནི་དག་བཅོམ་པ་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ཁོ་ན་དང་། རྟེན་ནི་སྒོ་གསལ་བས་  
 སྤྱིང་གསུམ་གྱི་མའི་རྟེན་ལ་སྤྱེད་ཅིང་། དམིགས་པ་ནི་མའི་རྒྱུད་གྱི་ཉེན་  
 མོངས་ཡིན་པས་འདྲོད་པར་གཏོགས་པ་དང་། སྤྱེས་ཟིན་དང་གཞི་མེད་  
 པར་མཐོང་སྤང་རྣམས་འགོག་མི་རུས་པས་མ་སྤྱེས་པ་དང་། གཞི་བཅས་  
 སྤྲོམ་སྤང་གི་ཆགས་སོགས་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་མི་སྤྱེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་...  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །སྤྲོན་ནས་ཤེས་པའང་། རོ་བོ་དང་། ས་དང་། གང་







ཟག་དང་། རྟེན་ཉམ་མངས་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་རུ་ཡིན་ནོ། ། དེའི་  
 དམིགས་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིན་པས་སྒྲ་མའི་དམིགས་པ་དང་གཉིས་བྱེ་  
 ཟག་དང་། སྤྱིའི་བྱང་པར་ཡོད་དོ། ། བྱེ་བྱག་སྒྲ་བ་ནི། སྒྲིན་གནས་ཤེས་པ་  
 དེས། གཞུགས་མེད་པ་མངོན་རུ་མི་ཤེས་ཀྱི། རྩ་འབྲས་ལས་གཞུགས་མེད་  
 རུ་སྤྱེས་པ་འང་རྗེས་སུ་དཔྱག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། ། གཞན་དག་ནི། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་གཞུགས་མེད་པ་འང་མངོན་སུམ་རུ་ཤེས་པར་འདོད་དེ་འཐད་དོ། །  
 སྒར་འདི་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲིན་པ་སྒྲིན་རུ་བཏང་ནས་རབ་མཐའ་བཞི་  
 པ་ལ་སྒྲུམས་པར་འཇུག་ཅིང་། ཉིང་དེ་འཛིན་དེའི་ཡུལ་རུ་རི་ཅམ་གྱུར་པ་  
 དེ་ཅམ་རུ་ཤེས་པའོ། ། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་གང་ཟག་དང་རྟེན་སྒྲ་  
 མ་དེ་བཞིན་རུ་ཡིན་ལ། ཆོས་དང་དོན་དང་ངེས་ཆོག་དང་སྤྱབས་པ་སོ་སོ་  
 ཡང་དག་པར་རིག་པ་སྟེ་བཞིའོ། ། འདི་དག་དམིགས་པ་དང་ངོ་བོའི་བྱེ་  
 ཟག་གིས་ཐ་དད་དེ། དང་པོ་གསུམ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་རུ་བསྟན་པའི་ཆོས་  
 ཀྱི་མིང་ཆོག་ཡི་གེའི་ཆོགས་དང་། བརྗོད་བྱའི་དོན་ནམ། དོན་གྱི་མཆོག་ལྷ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་དང་། བཤད་པ་རྩུ་མཚན་ཅན་གྱི་ངག་ལ་ཐོགས་མེད་  
 རུ་ཤེས་པ་ཡིན་པས་དམིགས་པ་འང་དེ་དང་དེ་ཡིན་ནོ། ། བཞི་པ་སྤྱབས་པ་  
 སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་རིག་པ་དང་འགྲེལ་པའི་དོན་མངོན་པར་  
 བརྗོད་པ་དང་། གྲལ་པ་སྟེ་ཐོགས་པ་མེད་པར་མངོན་པར་བརྗོད་པ་དང་།  
 ལམ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་དབང་བ་སྟེ་གསལ་བར་བྱ་ཞིང་མི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས། དེའི་དམིགས་པ་ནི་ངག་  
 དང་ལམ་ཡིན་ལ། ངོ་བོ་ནི་འགོག་ཤེས་དོར་བའི་ཤེས་པ་དགུའོ། ། ས་ནི་  
 འདོད་པ་ནས་སྤྱི་ཕྱི་ཕྱི་བར་ཐམས་ཅད་དོ། ། དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་





རིག་པ་ནི་དོན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིན་ན་ཤེས་པ་བརྩུའམ། དོན་ལྗང་  
 འདས་ཡིན་ན་འགོག་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རྒྱག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་སྤྲ་མ་  
 བཞིན་དུ་ས་ཀུན་ན་ཡོད་དོ། །གཞན་ཆོས་དང་ངེས་ཆོག་རིག་པ་གཉིས་རོ་  
 བོ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ། ས་ནི་ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་གང་ན་  
 མིང་ཆོག་ཡོད་པའི་ས་འདྲོད་པ་དང་བསམ་གཏན་བཞིན་ཡོད་ལ། ངག་  
 སྟེ་ངེས་ཆོག་རིག་པ་ནི་རྟོག་དཔྱད་དང་བཅས་པའི་ས་འདྲོད་པ་དང་.....  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་ཁོན་ན་ཡོད་དོ། །གཅིག་ཡོད་ན་ངེས་པར་ཐམས་  
 ཅད་ཐོབ་པས་བཞི་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བར་ནི་རེ་རེ་གཅིག་ཕུ་བ་  
 ཐོབ་པ་ནི་མེད་དོ། །ཉན་མོངས་མེད་པ་སོགས་རྒྱག་པོ་དེ་དག་རབ་མཐའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་ཀྱི་རབ་མཐའ་ཉིད་ནི་མིན་ཏེ། རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་ཀུན་སྤྱོད་  
 བས་སོ། །རབ་མཐའ་པ་ཞེས་པ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་མཐའ་སྟེ་  
 བཞི་པའོ། །རབ་མཐའ་དེ་ནི་འདྲོད་པ་ནས་སྤྱིད་ཅེའི་བར་དུ་ལྷགས་  
 མཐུན་དང་། སྤྱིད་ཅེ་ནས་འདྲོད་པའི་བར་དུ་ལྷགས་མི་མཐུན་དུ་འོངས་  
 ནས། ཡང་འདྲོད་པ་ནས་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་བར་དུ་ལྷགས་ཏེ། ས་  
 ཀུན་གྱིས་མཐུན་པར་བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་རྒྱུད་དུ་ལས་འབྱིང་དང་། དེ་ལས་  
 ཆེན་པོར་འཕེལ་བའི་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པས་སོ། །ཡོན་ཏན་རྒྱག་པོ་དེ་  
 དག་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་པ་ལ་སྦྱར་བ་ལས་སྦྱེས་པ་ཡིན་གྱི་གང་ལ་  
 ཆགས་པ་དང་བྲལ་ཅམ་གྱིས་ཐོབ་པ་མིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་སྦྱར་བ་  
 ལས་བྱང་བ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་གྱི། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་མངོན་དུ་འགྱུར་  
 བར་བཞེད་པ་ཅམ་ལ་རག་ལས་ཏེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་ལྷག་  
 ཡིན་པས་སོ། །གཉིས་པ་སྦྱེ་འཕགས་གཉིས་ཀ་དང་ཐུན་མོང་བ་ལ་གཉིས་





ཏེ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་། ཁྱད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་  
 ལ། དབྱེ་བ་ནི། རྩ་འཁྱུལ་གྱི་ཡུལ་དང་། ལྷའི་རྩ་བ་དང་། ས་རོལ་གྱི་ཡིད་  
 དང་སྒྲོན་གྱི་ཆེ་རབས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་།  
 ཟག་པ་ཟད་པ་སྟེ་ཡུལ་དུག་ཤེས་པའི་དབྱེ་བས་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བའི་.....  
 མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་གོ། །ངོ་པོ་ནི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་སྒྲི་སྟེ་ཤེས་རབ་སོ། །  
 གོང་མ་བས་ནི། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ཏུ་བཞེད་དོ། །འདི་དག་  
 ཤེས་པ་གང་གི་ངོ་པོ་ཡིན་ཞེ་ན། ས་རོལ་སེམས་ཤེས་དང་ཟག་ཟད་མངོན་  
 ཤེས་མ་གཏོགས་པ་བཞི་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ་སེམས་གྱི་རྣམ་གངས་ཤེས་...  
 ས་ལ་ཤེས་པ་ལྷའི་ཆ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞེ་ན། ཆོས་ཤེས་དང་། རྗེས་  
 ཤེས་དང་། ལམ་ཤེས་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། ས་རོལ་སེམས་ཤེས་  
 རྣམས་སོ། །ཟག་པ་ཟད་པ་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ནི་ཟག་ཟད་མཁྱེན་པའི་  
 སྟོབས་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དུག་གམ་བཅུ་ཡིན་ནོ། །ས་ནི་མངོན་ཤེས་དང་པོ་  
 ལུ་ལམ་སླ་བ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དག་ན་ཡོད་དོ། །ཟག་བཅས་  
 མངོན་ཤེས་ནི་ས་ཐམས་ཅད་པའོ་ཞེས་བཤད། མིག་དང་རྩ་བའི་མངོན་  
 ཤེས་དང་པོའི་ས་པ་ཡིན་ཡང་གོང་མ་གསུམ་གྱི་ས་པར་བཞག་པ་ནི། རྟེན་  
 རྣམ་ཐོབ་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དབང་གིས་དེར་བཏགས་པ་ཡིན་ལ།  
 གཟུགས་མེད་ན་མེད་པ་ནི། སེམས་ཤེས་ལུས་འདི་འདྲ་བ་ལས་སེམས་འདི་  
 འདྲའོ་ཞེས་གཟུགས་ལ་ལོག་རྟོགས་བྱས་ནས་སྐྱབ་པ་དང་། སྒྲོན་གནས་  
 རྗེས་དྲན་ཡང་མཐར་གྱི་སྒྲོན་གྱི་གནས་དྲན་པས་འགྲུབ་ལ། གཟུགས་མེད་  
 ན་སྒྲོན་གནས་རྗེས་དྲན་མེད་དེ། སྒྲོན་གྱི་གནས་མི་འཛིན་པས་སོ། །མངོན་  
 ཤེས་དང་པོ་ལྷའི་སྦྱོད་ཡུལ་ནི་རང་ས་དང་འོག་སའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་གྱི།





གོང་སའི་ཡུལ་ཅན་ནི་མིན་ཏེ། གོང་སར་འགྲོ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། གོང་  
 སའི་སྤྲེལ་མི་ཐོས་པ་སོགས་སོ། །སེམས་ཤེས་དང་སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་བྱན་  
 པས་ཀྱང་། གཞུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་མི་འཛིན་ནོ། །མངོན་ཤེས་འདི་ནམས་  
 རི་ལྟར་ཐོབ་ཅིན། སྟོན་མ་འདྲིས་པ་ནམས་སྦྱར་བས་ཐོབ་པར་བྱ་དགོས་  
 ལ། ཆོ་རབས་གཞན་དུ་འདྲིས་པ་ནི་འདྲོད་ཆགས་བྲལ་བས་ཐོབ་ཅིང་།  
 གཉིས་ཀྱང་མངོན་དུ་ལྟར་པ་སྦྱར་བ་ལ་ལྟོས་སོ། །སྦྱར་བ་ནི་མངོན་ཤེས་  
 བྱག་ལ་རིམ་པ་ལྟར་ལུས་ཡང་བ་དང་། སྤྲོ་དང་སྦྱང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 དང་། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་མཆོན་མ་དང་། རང་གི་འདས་མ་ཐག་པའི་  
 ཡིད་ནས་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་བའི་སེམས་ཀྱིས་བར་ལ་གཏོད་ཅིང་། བར་  
 སྤྱིད་བྱན་ན་གྲུབ་པ་སྟེ། གཞུགས་མེད་ནས་འདིར་སྦྱོས་པ་ནི་གཞན་གྱི་  
 རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱིད་ལ་གཞན་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། །གང་  
 སྟེལ་ལས། ཟག་ཟད་ཀྱི་སྦྱར་བ་ནི་ཚུལ་གནས་དང་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་། ཉན་སར་བྱག་ཀྱི་ལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བརྟུག་ཉིས་  
 བརྟུག་ཉིས་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱུང་མོང་དུ་གཏན་ལ་  
 དབབ་པ་དང་། བྱི་བྲག་དུ་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 དྲན་པ་ཉེར་བཞག་དང་སྦྱར་བ། དག་སོགས་གསུམ་དང་སྦྱར་བ། རིག་པ་  
 གསུམ་དང་སྦྱར་བ། ཆོ་འཕུལ་གསུམ་དང་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ལ་མངོན་  
 ཤེས་གསུམ་པ་པ་རོལ་སེམས་ཤེས་ནི་ཆོར་བ་དང་། སེམས་དང་། ཆོས་  
 དྲན་པ་ཉེར་བཞག་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ནོ། །རྩེ་འཕུལ་དང་ལྟའི་ན་བ་  
 དང་མིག་གི་མངོན་ཤེས་གསུམ་ནི་གཞུགས་ལ་དམིགས་པས་ལུས་དྲན་པ་...  
 ཉེར་བཞག་གོ། །འོ་ན་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་གཞུགས་ཀྱི་སྦྱེ་མཆེད་ལ་





དམིགས་ན་ལས་དགེ་ཐིག་ཤེས་པར་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། ལས་འབྲས་དེ་ནི་  
 དེས་མི་ཤེས་ཀྱི་འཕགས་པ་ལ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་ལམ་རྒྱ་ཡིད་ཤེས་སྟེ་བས་.....  
 དེས་ཤེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷའི་མིག་དང་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ནི་ལྷང་མ་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་དག་གི་རྣམ་ཤེས་དང་མཚུངས་ལྡན་ཀྱི་ཤེས་རབ་པོ། །ལྷག་  
 མ་བཞི་པོ་རྣམས་ནི་དགེ་བའོ། །བསྟན་བཅས་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན་ཤེས་རབ་དགེ་བའོ། །ཞིས་བཤད་པ་ནི་གཙོ་བོ་འཇམ་  
 ཡལ་ཆེར་བ་བསྟན་པ་འོ། །བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ས་པར་བཤད་པ་དང་  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་སྒྲར་བཤད་པ་ནི། ཐོབ་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 དབང་གིས་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །གསུམ་པ་ནི། མངོན་ཤེས་ཕྱི་མ་གསུམ་  
 ནི་མི་སྒྲོབ་པའི་རིག་པ་གསུམ་སྟེ། རྩོན་གནས་དྲན་པས་རྩོན་གྱི་མཐའ་  
 དང་། སོགས་པས་འཆི་འཕོ་དང་སྟེ་བ་ཤེས་པས་ཕྱི་མཐའ་དང་། ཟག་  
 ཟད་ཤེས་པས་ད་ལྟ་བ་སྟེ་དུས་གསུམ་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པ་བསྒྲག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྐལ་ལྡན་ཁྱད་པར་ལ་སོགས་པ་ནི། དུས་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་དང་  
 སྒྱར་ནས་རྩོན་དང་དབྱས་དང་ཕྱི་མཐའ་ལ་རྫོངས་པ་བསྒྲག་ཅིས་འཆད་དོ།  
 དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐ་མ་ཟག་ཟད་མངོན་ཤེས་ནི་མི་སྒྲོབ་པ་ཡང་ཡིན་  
 རིག་པ་ཡང་ཡིན་པས་མི་སྒྲོབ་པའི་རིག་པ་འོ། །རྩོན་གནས་རྩེས་དྲན་དང་  
 འཆི་འཕོ་དང་སྟེ་བ་ཤེས་པ་གཉིས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་པས་མི་སྒྲོབ་.....  
 པའི་རོ་བོ་མིན་ཀྱང་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྟེས་པའི་ཕྱིར་མི་སྒྲོབ་པའི་རིག་པ་ཞེས་.....  
 བྱའོ། །དང་པོ་གཉིས་སྒྲོབ་པ་ཆགས་བྲལ་ལ་ཡོད་པར་འདོད་མོད་ཀྱི། མདོ་  
 ལས་དེའི་རིགས་པར་མ་བཤད་དེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་དང་བཅས་  
 པའི་རྒྱུད་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར། སྒྲོབ་པ་ལ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མ་བཤད་པ་





བཞིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི། ཆོ་འཕྲུལ་གསུམ་ནི། མངོན་ཤེས་དང་པོ་རྩུ་འཕྲུལ་  
 དང་། གསུམ་པ་སེམས་ཀྱི་ནུམ་གངས་དང་། རྒྱལ་པ་ཟག་ཟད་མངོན་ཤེས་  
 རྣམས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་རྩུ་འཕྲུལ་དང་། ཀུན་བརྗོད་པ་དང་། རྗེས་སུ་  
 བསྟན་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །བྱེད་ལས་ནི། རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་གཞན་  
 གྱི་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་ལ། སེམས་ཤེས་གྱིས་ནི་གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་འཇུག་  
 རྒྱལ་ཤེས་ཤིང་། ཟག་ཟད་གྱིས་ནི་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྩུ་ཤེས་པར་  
 བྱེད་དོ། །གསུམ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་  
 མཆོག་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་ཟད་པའི་རྒྱུད་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཟག་  
 པ་ཟད་པའི་ཐབས་བསྟན་ནས་ཕན་པ་དང་ཡིད་རྩུ་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ལ་  
 རྒྱུར་བའི་ཕྱིར། གཞན་གཉིས་ནི་རིགས་སྤྲེལ་གྱིས་ཀྱང་བྱེད་པས་དེ་ལྟ་  
 མིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྩུ་འཕྲུལ་  
 གྱི་མངོན་ཤེས། མིག་ནའི་མངོན་ཤེས། རྒྱུས་ཐོབ་སྤྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ནོ། །  
 དང་པོ་ལ་ལྟ་སྟེ་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་བྱུང་པར། སྤུལ་སེམས་ངོས་བབྱང་བ། དེས་  
 རི་ལྟར་སྤུལ་པ། སྤུལ་སེམས་ཀྱི་ངོ་པོ། རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 རྩུ་འཕྲུལ་ཞེས་པ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། གཞན་དག་སྤུལ་འགྲོ་ལ་བཞེད་ཀྱང་། བྱེ་  
 བྲག་སྤྲོ་བ་ནི། རྩུ་འཕྲུལ་ནི་འདིས་འབྱོར་བར་བྱེད་པས་ཏིང་ལེ་འཛིན་ཏེ།  
 དེས་ཅི་འབྱོར་བར་འབྱུར་ཞེ་ན། དེ་ལས་ནི་སྤུལ་པ་དང་འགྲོ་བའོ། །འགྲོ་  
 བ་ལ་གསུམ་སྟེ། བྱ་ལྟར་ཕྱིན་བྱེད་གྱི་འགྲོ་བ། ཉེ་བར་མོས་པའི་འགྲོ་བ།  
 ཡིད་ལྟར་མཁྱེགས་པའི་འགྲོ་བའོ། །སྟོན་པ་ལ་ཡིད་མཁྱེགས་གྱི་འགྲོ་བ་  
 མངའ་བས་གཞན་གཉིས་སྤྲོས་ཅི་དགོས། ཡིད་མཁྱེགས་གྱི་འགྲོ་བའི་དོན།  
 བཟོད་པའི་གནས་ཡིད་ལ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་ཕྱིན་པའོ། །གཞན་ཉན་རང་





སོགས་དག་ལའང་ལྟས་ཕྱིན་བྱེད་དང་། མོས་པ་ལས་བྱང་བ་གཉིས་ཡོད་ཀྱི་  
 ཡིད་མཁྱེགས་མེད་དོ། །འདི་གཉིས་ནི་བྱ་ལྟར་ལྟས་སེམས་རིམ་གྱིས་ཕྱིན་  
 པ་དང་། ཐག་རིང་བ་ཉེ་བར་མོས་པས་ཕྱིན་པའོ། །སྤྱལ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་ན་སྦྱོད་པའོ། །འདོད་པར་གཏོགས་པའི་སྤྱལ་པ་ནི།  
 གཟུགས་དྲི་རོ་རེག་བྱའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ཕྱིར་སྦྱེ་མཆེད་ཆམ་པ་བཞི་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཞན་དང་རང་གི་ལྟས་དང་འབྲེལ་བ་ཆམ་པ་གཉིས་  
 གཉིས་སོ། །གཟུགས་ན་དྲི་རོ་མེད་པས་དེར་གཏོགས་པའི་སྤྱལ་པ་ནི་  
 གཟུགས་དང་རེག་བྱ་ཡིན་ལ། དེའང་རང་དང་གཞན་གྱི་ལྟས་དང་འབྲེལ་  
 བ་གཉིས་སོ། །དེ་ལྟར་སྤྱལ་པ་ནི་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་གྱིས་འདོད་  
 གཟུགས་སུ་རང་གཞན་གྱི་ལྟས་དང་འབྲེལ་བ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་བཞི་དང་།  
 གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །སྤྱལ་རྒྱུན་མེད་  
 པས་མི་སྤྱལ་འོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅི་མངོན་ཤེས་ཁོ་ན་ལས་སྤྱལ་ལམ་ཁེ་ན།  
 མིན་གྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྤྱལ་སེམས་དག་གིས་ཀྱང་སྤྱལ་པར་བྱེད་  
 དོ། །སྤྱལ་སེམས་དེ་དག་ཀྱང་བརྩ་བཞི་སྟེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་འབྲས་  
 བུ་སྤྱལ་སེམས་ནི་འདོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་གཉིས་སོ། །  
 གཉིས་པོ་ནས་བཟུང་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་གསུམ་དང་། བསམ་  
 གཏན་གསུམ་པའི་བཞི་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་འོག་མ་བཞི་དང་  
 རང་ས་ཏེ་ལྟའི་བར་རིམ་པ་བཞིན་ཡིན་གྱི། ས་འོག་མའི་འབྲས་བུ་སྤྱལ་  
 སེམས་ནི་གོང་མ་ལས་སྦྱེས་པ་མིན་པས། གོང་ཏུ་སྤྱལ་པ་བྱེད་མི་རུས་སོ། །  
 སྤྱལ་སེམས་དེ་རྟེན་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དག་པ་བ་གཞན་ཏུ་  
 ཆགས་བྲལ་གྱིས་རྟེན་དོ། །སྤྱལ་སེམས་དེ་ནི་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་ཆེ་





བསམ་གཏན་དག་པ་བ་དང་རྒྱན་གྱི་ཆེ་རང་ལས་རང་སྟེལ། དེ་ལས་མ་  
 ལངས་བར་དུ་རང་གི་རྒྱན་དང་། ལངས་པ་ན་བསམ་གཏན་དག་པ་  
 གཉིས་ཁོ་ན་སྟེ་སྟེ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ནི་ཡང་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་དེ་ལ་མ་ཞུགས་པར་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལས་ལྷང་བ་མེད་དོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། སྤྱལ་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་སའི་སེམས་ཁོ་ནས་སྤྱལ་པར་བྱེད་གྱི་ས་  
 གཞན་གྱི་སྤྱལ་སེམས་ཀྱིས་ས་གཞན་གྱི་སྤྱལ་པ་མི་བྱེད་དོ། །སྤྱལ་བའི་ངག་  
 སྐར་འཇུག་པའི་སྤྱལ་སེམས་ནི་འདྲོད་པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་  
 སྤྱལ་པ་ནི། རང་སའི་སེམས་ཁོ་ནས་སྐར་འཇུག་ལ། དེ་ཡན་ཆད་གྱི་རང་  
 ས་ལ་རྟོག་དཔྱད་མེད་པས་འོག་མ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་རྟོག་དཔྱད་.....  
 མངོན་དུ་བྱས་ནས་སྐར་འཇུག་གོ། སྟོན་པ་མིན་པའི་སྤྱལ་པ་ནི་སྤྱལ་པ་པོ་  
 དང་བཅས་ཏེ་སྤྱལ་ལ། སྤྱལ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་སྤྱལ་བ་ན་ཅིག་ཅན་སྤྱེ།  
 ལྷང་དུ། གཅིག་གིས་སྤྱལ་བར་བྱེད་པ་ན། སྤྱལ་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱལ་བར་བྱེད། །  
 གཅིག་མི་སྤྱལ་བར་གྱུར་པ་ན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱུ་མི་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །  
 སྟོན་པ་ནི་རང་ཉིད་མི་སྤྱལ་བར་སྤྱལ་པ་སྤྱལ་བར་འཇུག་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་.....  
 བཞེད་པ་བཞིན་དུ་འཇུག་གོ། །སྤྱལ་སེམས་སྟོན་དུ་བྱ་བའི་ཆེ་སྤྱལ་སེམས་  
 མེད་ཅིང་དེ་མེད་ན་སྤྱལ་པ་མེད་པས་ཇི་ལྟར་སྤྱལ་པ་སྐར་འཇུག་ཅེ་ན།  
 སྤྱལ་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་སྐར་འཇུག་གོ་ཞེས་སྤྱར་བསྟན་ཟིན་ཅིང་།  
 དེ་ནས་གནས་པར་འདྲོད་པའི་སྤྱལ་སེམས་ཀྱིས་སྤྱལ་ཏེ་འདི་སྟེང་གཅིག་...  
 གནས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅས། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ནས་ཡིད་ལ་གཞན་སྤྱལ་  
 སེམས་ཀྱིས་སྐར་འཇུག་པའི་བྱིན། བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་སེམས་ནི་དག་པ་བར་  
 འཆད་དོ། །ཅི་གསོན་པོ་ཁོ་ན་ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། དེར་མ་ཟད་







ཤེ་བ་ལ་ཡང་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཡོད་དེ། འོད་སྤངས་ཆེན་པོའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་  
 དེའི་གཏུང་རྩས་གནས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའང་མི་བརྟན་པ་ལ་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
 མེད་དེ། འོད་སྤངས་ཀྱི་ཤ་སོགས་ལྟ་བུའོ། །གཞན་དགའི་ཤེ་བ་ལ་བྱིན་  
 རྒྱལ་ས་ཡོད་པ་མིན་གྱི། འོད་སྤངས་ཀྱི་གཏུང་རྩས་གནས་པ་ནི་ལྟའི་མཐུ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །སེམས་གཅིག་གིས་སྤྱལ་པ་གཅིག་ཁོ་ན་སྤྱལ་ལམ་  
 ཞེན། དང་པོར་ནི་སྤྱལ་སེམས་དུ་མས་སྤྱལ་པ་གཅིག་སྤྱལ་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། མངོན་ཤེས་བྱང་བར་གྱུར་ནས་གོང་གི་དེ་ལས་བརྒྱུག་པ་སྤྱལ་  
 སེམས་གཅིག་གིས་སྤྱལ་པ་སོ་སོ་ཅི་འདྲར་པ་བཞིན་དུ་མ་སྤྱལ་ཡོ། །བཞི་པ་  
 ནི། སྤྱལ་སེམས་ཐམས་ཅད་ལྷང་མ་བརྟན་ཡིན་ནམ་ཞེན། བསམ་གཏན་  
 བརྒྱུམས་པ་ལས་སྤྱེས་པ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་ལྷང་མ་བརྟན་ཁོ་ན་.....  
 ཡིན་ལ། སྤྱེ་བས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་ཤ་བཟོས་ཀྱི་སྤྱལ་སེམས་ནི་གཞན་ལ་མན་  
 གནོད་སོགས་བྱེད་འདྲར་པའི་དབང་གིས་དགའི་དགའ་ལྷང་མ་བརྟན་རྣམ་  
 པ་གསུམ་ཀ་སྤྲིད་དོ། །ལྷ་པ་ནི། ཅི་རྩུ་འཕུལ་ནི་སྤྱེས་ཐོབ་དང་སྤྱོད་བྱང་  
 གཉིས་ཁོ་ནར་ཟད་དམ་ཞེན། རྩུ་འཕུལ་ནི་བསྐྱེད་སྤྱོད་བྱང་མངོན་ཤེས་  
 སུ་བགྲང་བ་དང་། ཡི་དྲགས་ཁ་ཅིག་གི་ལྟ་བུ་སྤྱེས་ཐོབ་དང་། ལྷན་རྒྱ་རི་  
 ཞེས་པའི་གསང་སྤགས་ཀྱིས་མཁའ་ལ་འགོ་བ་ལྟ་བུ་སྤགས་ལས་སྤྱེས་པ་.....  
 དང་། ལྷན་དང་ནོར་བུ་ལས་སྤྱེས་པ་དང་། ལྷུ་པོ་ང་ལས་རུ་དང་།  
 འདྲོད་ལྟ་རྣམས་དང་། བར་དོའི་ལྟ་བུ་ལས་ལས་སྤྱེས་པ་རྣམས་ཏེ་རྣམ་པ་  
 ལྟའོ། །གཉིས་པ་མིག་རྣའི་མངོན་ཤེས་ནི། ལྟའི་མིག་དང་རྣ་བ་དག་ལྟའི་  
 ཁོ་ནའོ། །བྱང་སེམས་དང་འཁོར་ལོ་སྦྱར་བ་དང་བྱིས་བདག་རིན་ཆེན་གྱི་  
 ལྟར་ལྟ་དང་འདྲ་བས་ཡིན་ཞེན། ལྟ་མ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་བསམ་





གཏན་གྱི་མཐུས་མིག་དང་ན་བའི་ཆོགས་པར་བསམ་གཏན་གྱི་ས་པའི་.....  
 འབྲང་འབྲར་གྱི་གཟུགས་དང་བ་འབྲུབ་པས་སྟ། །ལྟའི་མིག་ན་དེ་གཉིས་  
 བྱི་ཉག་རུ་ནམ་ཤེས་དང་ལྟན་པ་ཁོན་ལ་ཡོད་པས་རྟེན་བཅས་ཁོན་དང་།  
 ལར་བ་དང་འོན་པ་ལ་མེད་པས་དབང་པོ་མ་ཆང་པ་ལ་མེད་པ་དང་། ལུལ་  
 ཡང་གཟུགས་སྒྲ་ཐག་རིང་པོ་དང་། ཆ་སྒྲ་བ་དང་། སྟགས་པས་བསྐྱབས་  
 པ་དང་། རྒྱབ་མཐུན་ཐམས་ཅད་མཐོང་བས་དེ་ནམས་ཀྱི་སྟོང་ལུལ་ཅན་ཏེ།  
 གང་ཕྱིར་ཤའི་མིག་གིས་གཟུགས། །ཐག་རིང་གནས་དང་བསྐྱབས་པ་དང་།  
 སྒྲ་དང་ཐམས་ཅད་མི་མཐོང་ལྟར། །ལྟའི་མིག་གིས་མཐོང་བར་འདོད། །  
 ཅེས་སྟ། །ཤར་ཕྱིན་རུ་ཤའི་མིག་གིས་དཔག་ཆད་བརྒྱ་ནས་སྟོང་གསུམ་གྱི་  
 བར་མཐོང་བར་གསུངས་པ་ནི། ཤར་ཕྱིན་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་གྱིས་སྤངས་པའི་  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་དབང་རུ་བྱས་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཤའི་སྟོན་གྱིས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་གཟིགས་མོད་གྱི་འདི་ནི་ནམ་བཞག་གཞན་ཡིན་ནོ། །ལྟའི་མིག་གིས་  
 ཐག་རིང་ཅམ་ཞིག་མཐོང་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་དང་། རང་རྒྱལ་བསེ་  
 རུ་ལྟ་བུ་དང་། །ལྟའི་སྟོན་པ་ནམས་ཀྱི་ལྟའི་མིག་གིས་མངོན་པར་འདུ་  
 མཛད་ན། རིམ་པ་བཞེན་རུ་སྟོང་གཉིས་པ་དང་། སྟོང་གསུམ་པ་དང་། ཇི་  
 ཅམ་བཞེད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གངས་མེད་པ་མཐོང་ལ། འདུ་མ་  
 མཛད་ན་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟོང་དང་པོ་དང་། རང་རྒྱལ་གྱི་སྟོང་གཉིས་པ་  
 དང་། སྟོན་པས་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་མཐོང་ངོ་། །གསུམ་པ་སྟེས་  
 ཐོབ་སྟགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། ཅི་རྩུ་འཕུལ་ཁོན་ལ་སྟེས་ཐོབ་ཡོད་དམ་  
 མེད་ཅེ་ན། རྩུ་འཕུལ་རུ་མ་བཟང་ལྟའི་མིག་དང་ན་བ་དང་། སྟོན་གནས་  
 ཇེས་དུན་དང་། པ་རོལ་སེམས་ཤེས་ཏེ་བཞི་ལ་ཡང་སྟེས་ཐོབ་ཡོད་ལ།





སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱིས་ནི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མིང་མི་ཐོབ་པོ། །སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱི་ལྟའི་མིག་  
 དེས་ནི། སྲིད་པ་བར་མ་མི་མཐོང་ལ། སྲིད་པ་བར་མ་མཐོང་བ་ནི་སྦྱར་  
 བྱང་ཁོ་ན་འོ། །སྐྱེས་ཐོབ་ཀྱི་སེམས་ཤེས་ནི་བསམ་པའི་དབང་གིས་དགེ་མི་  
 དགེ་ལུང་མ་བརྟན་རྣམ་པ་གསུམ་སྲིད་ལ། གང་ཡང་མཚན་མ་ལས་པ་  
 རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་རྟོག་གི་བ་དང་། རྟོག་བྱེད་ཅེས་པའི་རིགས་སྟགས་  
 ཀྱིས་བྱས་པའི་སེམས་ཤེས་དེའང་དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བརྟན་གསུམ་སྲིད་དོ།  
 སེམས་ཤེས་དང་སྤྱོད་གནས་རྗེས་དྲན་སྐྱེས་ཐོབ་དཔྱལ་བ་ན་ཡོད་པས་ནི་……  
 དང་པོ་སྟག་བསྟུལ་གྱི་ཚར་བས་མ་ཉེན་པའི་བར་དུ་ཤེས་ལ། འགྲོ་བ་  
 གཞན་ན་ཡོད་པས་ནི་རྟག་ཏུ་ཤེས་སོ། །རྟོན་གྱི་ཁྱད་པར་མི་ལ་རྩ་འབྲུལ་  
 སྟགས་ལྟ་ཆར་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་། མི་རང་བཞིན་གྱིས་ཆེ་རབ་དྲན་  
 པ་ནི་ལས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྤྱོད་གནས་རྗེས་དྲན་ནི་སྦྱོམ་པ་  
 ལས་བྱང་བ་དང་། ལྟ་ལ་སྟགས་པའི་ལྟ་བུ་སྐྱེས་ཐོབ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ལས་ལས་བྱང་བ་དང་གསུམ་མོ། །  
 ཚས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ལས། ཡེ་ཤེས་བརྟན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་བདུན་པའི་འགྲེལ་པ་འོ། །

གནས་བརྒྱད་པ་སྦྱོམས་འབྲུག་བརྟན་པ་བཤད་པ།

བརྒྱད་པ་སྦྱོམས་འབྲུག་བརྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། བསམ་གཏན་གྱི་དབྱེ་བ།  
 སྦྱོམས་འབྲུག་དངོས་བརྟན་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབྱེ་བ། སྦྱོམས་འབྲུག་  
 ལ་བརྟན་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དང་པོ། ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 བཤད་ནས་སྦྱོམས་འབྲུག་ལ་སྟགས་སྟན་པ་ལ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 རྟོན་ཡིན་པས་དང་པོར་བསམ་གཏན་སྟན་ནོ། །དེ་ལ་བསམ་གཏན་དག་





བོ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། གཉིས་  
 བོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་བསམ་གཏན་དང་པོ་སོགས་བཞི་བཞིའོ། །དེ་ལ་བསམ་  
 གཏན་དེར་སྐྱེ་བ་དག་སྤར་འཇིག་རྟེན་བསྟན་པར་བཤད་ཟིན་པས། ཡང་  
 མི་བཟླ་དོ། །གཉིས་པ་སྟོམས་འཇུག་ལ་གཉིས་ཏེ། སོ་སོར་བཤད་པ་དང་།  
 ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་།  
 མཇུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསམ་གཏན་བཤད་པ། གཟུགས་  
 མེད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱི་འཇམ་ཉིད། སོ་སོའི་ངོ་བོའོ། །  
 དང་པོ་ནི། རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་བསམ་གཏན་ནི་དགེ་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་  
 པ་སྟེ། དམིགས་པ་གཅིག་པ་ཡིན་ནོ། །ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་  
 པས་སོ། །ཁྲིས་འབྲང་འཁོར་དང་བཅས་ན་གཟུགས་སོགས་སྤང་པོ་ལྟའོ། །  
 བྱེ་བྲག་སྤྱོད་བས་ནི་སེམས་ཉིད་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིང་ངེ་འཇིན་མིན་གྱི། གང་  
 གིས་སེམས་ཅེ་གཅིག་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་དེ་ཉིང་འཇིན་ཡིན་པས། འདིའི་  
 གཙོ་བོ་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཏེ་སེམས་ལས་རྫས་གཞན་པར་འདོད་ལ། སྤུང་  
 བོ་མདོ་སྤེ་པའི་ལྷགས་ཏེ། བསམ་གཏན་ལ་སེམས་གཙོ་བོར་བཞེད་དོ། །  
 དེས་ཆོག་ནི་འདིས་སེམས་པར་བྱེད་པས་བསམ་གཏན་ཏེ། དམིགས་པ་  
 གཅིག་ལ་བསམ་པ་བརྟན་པོ་བྱས་ཏེ་བསྟོམས་པས་བསམ་གཏན་ཞེས་.....  
 བཀའ་བཅད་དུ་བཤད་དོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ངེ་སྤར་བསམ་གཏན་ཡིན་ཞེ་  
 བ། དེ་དང་རིགས་མཐུན་པས་ཏེ་ས་བོན་རུལ་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་མི་དགེ་བ་དག་ཀྱང་གསུངས་པས་.....  
 ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་ཅམ་ནི་སྤྱིར་སེམས་ཀྱི་ས་མང་པོ་བ་  
 ཡིན་པས་དགེ་སོགས་གསུམ་ཀ་སྤྱིད་ལ། རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་ཉིང་ངེ་འཇིན་





བྱི་ཁམས་གོང་དུ་འཕེན་དགོས་པས་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཁོན་ངེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་བཞི་པའི་བར་གྱི་མཚན་ཉིད་རི་  
 ལྟ་བུ་ཞིན། བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི་དཔྱད་པ་དང་། དགའ་བ་དང་བདེ་  
 བ་དང་ལྷན་པའི་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་སྟེ། དེ་ན་རྟོག་པ་འང་ཡོད་པ་ནི་  
 དགའ་བ་དེ་བ་དང་ལྷན་པའི་སྟོང་པས་མཚན་ལྷན་སོ། །ལྟག་མ་གསུམ་ནི་  
 ཡན་ལག་དེ་གསུམ་གྱི་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་སྤངས་པ་སྟེ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ནི་  
 དཔྱད་པ་སྤངས་ཤིང་དགའ་བ་དེ་དང་ལྷན་པའི་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་དང་།  
 བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ནི་དཔྱད་པ་དང་དགའ་བ་ཡང་སྤངས་ཤིང་བདེ་བ་  
 དང་ལྷན་པའི་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ནི་དཔྱད་  
 པ་དང་དགའ་བ་དེ་གསུམ་སྤངས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་འོ། །  
 གཉིས་པ་གཟུགས་མེད་ལ། སྤྱི་མཚན་ཉིད་ནི། བསམ་གཏན་དེ་བཞིན་  
 དུ་གཟུགས་མེད་དག་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། །དེར་སྐྱེ་བ་དག་རབ་དུ་བཤད། །  
 སྟོམས་འཕྲག་དགེ་བ་ཅེ་གཅིག་པ། །རྗེས་འབྲང་བཅས་ན་ཕྱང་པོ་བཞི།  
 ཞེས་པ་སྟེ། །རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་གཟུགས་མེད་པས་སོ། །སོ་སོའི་ངོ་བོ་ནི།  
 འོག་མའི་ས་ལས་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་སྟེ། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལས་  
 དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་ནམ་མཁའ་དང་། དེ་ལས་དབེན་པ་རྣམ་ཤེས་  
 སོགས་སོ། །དབེན་པ་ནི་འོག་ས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱེད་པའི་  
 ལམ་སྟེ་ཉེར་བསྟོགས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྐྱེས་པ་འོ། །གཟུགས་མེད་དངོས་  
 གཞི་བཞི་པོ་ཉེར་བསྟོགས་གོང་མ་གསུམ་དང་བཅས་པར་ནི་གཟུགས་ཀྱི་  
 འདུ་ཤེས་བཤེག་ཅས་བྱ་བ་འོ། །ནམ་མཁའི་ཉེར་བསྟོགས་ནི་བསམ་གཏན་  
 བཞི་པ་ལ་དམིགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་མ་བྲལ་བས་སོ། །





གཟུགས་མེད་པ་ན་གཟུགས་གཏན་ནས་མེད་དོ། །ཤལ་ཆེན་པ་སོགས་  
 གཟུགས་མེད་དུ་བརྗོད་པ་ནི་དམན་པ་ལ་དགག་པའི་སྒྲ་སྒྲུབ་བ་ཡིན་ཞེས་...  
 འདྲ་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྤྲ་བས་གཟུགས་མེད་དུ་  
 འཛོག་ན་ཆུའི་སྒྲིག་ཆགས་སྤུངས་ཡང་དེར་འགྱུར་ལ། རང་བཞིན་སྤྲ་བས་  
 ཡིན་ན་གཟུགས་ཁམས་ཀྱང་དེར་འགྱུར་རོ། །ཆེས་སྤྱིང་དངས་པ་ལ་  
 འདྲ་བ་བར་སྤྱིང་ཀྱང་གཟུགས་མེད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྒྱས་པར་  
 འགྲེལ་པར་བཤམ་དོ། །འོ་ན་གཟུགས་མེད་ནས་ཁམས་འོག་མར་སྐྱེ་བའི་  
 གཟུགས་རྒྱ་ཅི་ལས་སྐྱེ་ཞེ་ན། གཟུགས་མེད་ནས་ཁམས་འོག་མར་སྐྱེ་བའི་  
 གཟུགས་དེ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་འཕྲག་  
 པ་རྟེན་པ་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ནི་མངོ་སྤེལ་པའི་ལྷགས་སོ། །བྱི་བྲག་  
 སྒྲ་བ་ནི། སྤར་གྱི་འདས་པའི་གཟུགས་ལས་སྐྱེ་བར་འདྲ་དོ། །ཅི་རྣམ་  
 མཁའ་མཐའ་ཡས་དང་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སོགས་བཞི་པོ་རྣམ་མཁའ་...  
 དང་རྣམ་ཤེས་སོགས་ལ་དམིགས་པས་མིང་དེ་སྤྲད་ཅེས་བྱ་འཇུག་ཞེ་ན། མིན་  
 ཏེ། གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་ནི་སྦྱར་བའི་སྐབས་སུ་རྣམ་མཁའ་མཐའ་  
 ཡས་སོ། །རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སོ། །དམིགས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་དེ་  
 ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་རབ་དུ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་ན་སྦྱར་བའི་མིང་གིས་...  
 བཏགས་སོ། །དངོས་བཞིའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་ཆོས་གཞན་ལ་ཡང་  
 དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིང་ཅེ་ནི་འདུ་ཤེས་དམན་པའི་ཕྱིར་མིང་དེ་སྤྲད་  
 ཅེས་བརྗོད་དེ། འདུ་ཤེས་གསལ་བའང་མེད་ལ། འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཁོ་  
 རུང་མིན་པས་སོ། །གསུམ་པ་གཉིས་ཀའི་མཇུག་བསྐྱེད་ནི། ལྷུ་དེ་ལྟར་  
 སྦྱོམས་འཕྲག་དངོས་གཞིའི་རྣམས་བསམ་གཏན་བཞི་དང་གཟུགས་མེད་...





བཞི་སྟེ་རྒྱུ་པ་བརྒྱད་དོ། །གཉིས་པ་ཐུན་མོང་དུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་  
 དུག་སྟེ། རོ་པོ་རྒྱུ་པར་དབྱེད་པ། བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་ངོས་བཟུང་  
 བ། སྟོམས་འབྲུག་གི་ཐོབ་ཚུལ། རྟེན་གང་གིས་མངོན་དུ་བྱེད་པ། སྤྱོད་  
 ཡུལ་གང་ལ་དམིགས་པ། རྟེན་མོངས་སྤང་བྱེད་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་  
 བློ་སྤྱོད་ཅེ་མིན་པ་བརྟུན་ནི་རྒྱུ་པ་གསུམ་སྟེ། རོ་ཐུང་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 དང་། དག་པ་བ་དང་ཟག་མེད་དོ། །བརྒྱད་པ་སྤྱོད་ཅེ་ནི་ཟག་མེད་མེད་  
 བས་རྒྱུ་པ་གཉིས་སོ། །དེ་ལ་རོ་ཐུང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སྤྱོད་པ་དང་བཅས་  
 པ་སྟེ། ཞོང་མ་བ་ནི། རྟེན་མོངས་ཅན་གྱི་སྟོམས་འབྲུག་ལ་སྤྱོད་པ་དང་།  
 ལྟ་བ་དང་ང་རྒྱལ་དང་ཐེ་ཚོམ་ཤས་ཆེ་བ་བཞིས་བཞེད་དོ། །འཇིག་རྟེན་  
 པའི་དགེ་བ་ནི་མ་ཆགས་པ་སོགས་ཆོས་དཀར་པོ་དང་ལྡན་པས་ན་དག་པ་  
 བ་སྟེ། དག་པ་བ་དེ་ནི་རོ་ཐུང་བར་དེས་ཐུང་བར་བྱ་བའོ། །ཟག་མེད་གྱི་  
 བསམ་གཏན་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 ཡན་ལག་སོ་སོར་སྤྱར་བ། ཡན་ལག་གསུམ་ཁྱད་པར་དུ་བསྟན་པ། སྟོམས་  
 འབྲུག་རྒྱུ་པ་ཁྱད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོ་  
 ལ་ཡན་ལག་ལྟ་སྟེ། རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དང་། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་  
 དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱུ་པ་སོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་ཡན་ལག་བཞི་  
 སྟེ། རྟེན་རབ་དུ་དང་བ་དང་། དགའ་བ་དང་སོགས་པས་བདེ་བ་དང་།  
 སེམས་ཅེ་གཅིག་པའོ། །བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་ཡན་ལག་ལྟ་སྟེ། འདུ་  
 བྱེད་བཏང་སྟོམས་དང་། དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དང་བདེ་བ་དང་།  
 གནས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །མཐའ་སྟེ་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་ཡན་  
 ལག་བཞི་སྟེ། དུན་པ་དང་། འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་གཉིས་བསམ་གཏན་





གྱི་སྦྱོན་བརྒྱད་ལས་གྲོལ་བས་དག་པ་བ་དང་། བདེ་བའང་མིན་སྤྱག་  
 བསལ་ཡང་མིན་པའི་ཆོར་བ་བཏང་སྦྱོམས་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་ཡོངས་སྤྱ་  
 དག་པའོ། །ཡན་ལག་གི་དོན་ནི་བྱེ་བྲག་སྤྱུ་བས། ཉིང་རེ་འཛིན་ནི་བསམ་  
 གཏན་དང་ཡན་ལག་གཉིས་ཀ་དང་། གཞན་རྣམས་ཡན་ལག་ཁོན་ཡིན་  
 གྱི་བསམ་གཏན་དུ་མི་འདོད་ལ། སྦྱོབ་དཔོན་ནི་ཡན་ལག་བཞི་པའི་དམག་  
 ལྟར་ཡན་ལག་ཅན་དང་། ཡན་ལག་དོན་གཞན་མིན་གྱི། སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་  
 ལྟ་བུར་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་མིང་གི་སྦྱོ་ནས་བཙེ་བརྒྱད་ཡོད་ཀྱང་རྣམས་སྤྱ་ནི་  
 བཅུ་གཅིག་གྱེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཡན་ལག་ལྟ་དང་། བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པའི་ནང་རབ་རྒྱ་དྲངས་པ་དང་། བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་ཡན་  
 ལག་དང་པོ་བཞི་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ཆོར་བའོ། །བསྐྱ་བར་ནི་  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ཡང་། བཏང་སྦྱོམས་དང་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་  
 གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་རྟོག་པས་དངོས་སྤྱ་མ་སྦྱོས་ཤིང་།  
 བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བས། ནང་རབ་  
 རྒྱ་དྲངས་པའི་མིང་གིས་སྦྱོས་ལ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་རང་མིང་གིས་  
 དངོས་སྤྱ་སྦྱོས་པར་བཤད་པས་རྣམས་བརྒྱུད་ཀྱང་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་  
 ཡན་ལག་གསུམ་ཁྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་གསུམ་  
 པའི་བདེ་བ་བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་བདེ་ལས་རྣམས་གཞན་དུ་  
 བརྗོད་ཅེ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་དག་ན་ཡོད་པ་ནི་ཤིན་  
 རྒྱ་དྲངས་པའི་བདེ་བ་ཡིན་གྱི། ཆོར་བ་བདེ་བ་མིན་ཏེ། ཆོར་བ་བདེ་བ་ནི་  
 ལྷས་ཆོར་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་པ་ན་སེམས་རྣམས་པར་གཡེང་བར་  
 བྱེད་པས་ཡན་ལག་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དགའ་བ་ནི་སེམས་ཆོར་ཡིད་







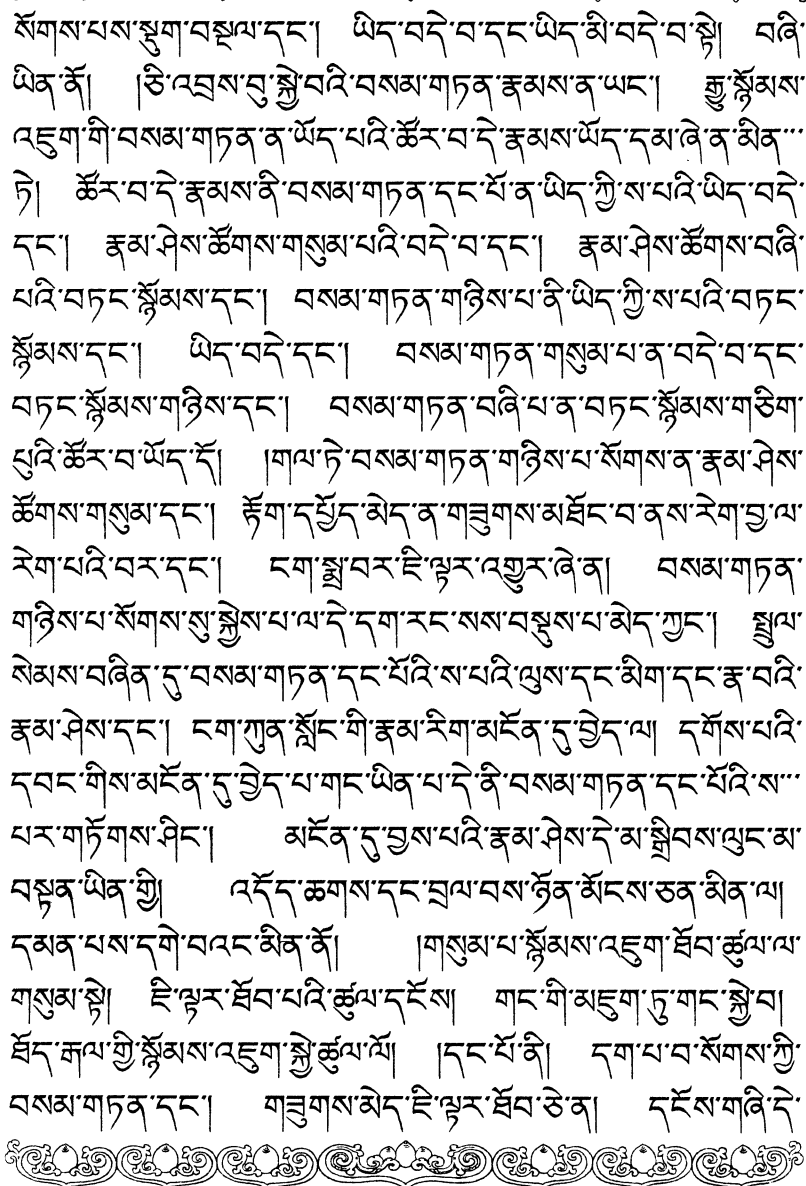
བདེ་ཡིན་པ་ས། དེ་དང་གཅིག་པ་མི་རུང་ངོ་ཞེས། མདོན་ཕྱེ་པ་ནི། བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་གསུམ་ཅན་ན་ལུས་ཆོར་བདེ་བ་ཡན་ལག་ཏུ་འདོད་ལ།  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་བྱིན་པས་སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་བར་བྱེད་པར་མི་.....  
 འགྱུར་རོ། ཞེས་འདོད་དོ། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་ནང་རབ་  
 ཏུ་དྲངས་བ་ནི། མཉམ་བཞག་གི་ས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཡིད་ཆེས་  
 པའི་དང་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ། མདོན་པ་གོང་མ་བས་ནི་ངོ་བོ་དྲན་ཤེས་  
 བཞིན་ཏེ། རྟོག་དཔྱད་བྲལ་བས་རབ་ཏུ་དྲངས་པ་ཞེས་པའི་མིང་གིས་  
 བསྟན་ཏོ། བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་སྦྱས་པའི་དགའ་  
 བ་ནི་ཡིད་བདེ་ཡིན་ཏེ། དེར་ལྷང་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 རྣམ་པར་བསྐྱར་བའི་མདོན་ལས། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་གསུངས་ནས།  
 འདིར་ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ་མ་ལུས་པ་འགག་པར་འགྱུར་རོ། བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་ལ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་འགག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དང་།  
 བདེ་བ་ཡང་སྤངས་སྟག་བསྤལ་ཡང་སྤངས་ཤིང་ཡིད་བདེ་བ་དང་ཡིད་མི་...  
 བདེ་བ་སྤྲན་ཀྱང་ལུབ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པ་  
 བས་ནི། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་གཅིག་ཉིད་ལ་དབང་  
 ཤེས་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཆ་ནས་བདེ་བ་དང་། ཡིད་ཤེས་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པའི་ཆ་ནས་དགའ་བ་ཞེས་སྟན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། བསམ་  
 གཏན་བཞི་པོ་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལ་གཉེན་  
 པའི་ཡན་ལག་རྫོགས་པ་དང་མ་རྫོགས་པའི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། རྟོག་དཔྱད་  
 ཀྱི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་མ་བྲལ་གྱི་བྱད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དང་  
 གསུམ་པ་ལ་ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་རྫོགས་མ་རྫོགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་དེ།





གཉིས་པའི་རྒྱུ་ལྟར་དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་མ་བུལ་ལ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་དགའ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་བུལ་བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ལ་ཡོངས་སུ་དག་མ་དག་གི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། གསུམ་པ་ན་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིན་བརྒྱད་ལས་མ་གྲོལ་ལ། བཞི་པ་ན་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། གཟུགས་མེད་ན་བསམ་གཏན་ལྟར་ཡན་ལག་མི་འདྲ་བ་བཞག་ཏུ་མེད་དེ། ཞི་གནས་སུ་རོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཇི་ལྟར་ན་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་གཉིས་སུ་བཞག་ཅེན། རྩོད་པའི་ཅུ་བ་ཆོར་འདུ་གཉིས་ཡིན་ལ། ཆོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བས་བསམ་གཏན་དང་། འདུ་ཤེས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་གཟུགས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གསུམ་པ་སྒྲིམས་འཇུག་ན་མས་ཀྱི་བྱད་པར་བསྟན་པ་ནི། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་ལ་ཡང་ཡན་ལག་དེ་དག་ཡོད་དམ་ཞེན་མེད་དེ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་དབེན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དེ་གཉིས་དང་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་རབ་ཏུ་དང་བ་དང་། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་བཏང་སྒྲིམས་དང་དྲན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་མེད་ཅེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་རོ། ། ཁ་ཅིག་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་བཏང་སྒྲིམས་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ནི་དག་བའི་ས་མང་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། ། སྒྲིན་པས་བསམ་གཏན་དང་པོ་གསུམ་ནི་སྒྲིན་དང་བཅས་པས་གཡོ་བ་དང་བཅས་པར་གསུངས། སྒྲིན་བརྒྱད་ལས་ནི་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་བཞི་པ་གཡོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིན་བརྒྱད་གང་ཞེན། རྟོག་པ་དང་། དཔྱད་པ་དང་། དབུགས་འབྱུང་བ་དང་། རུབ་པ་དག་དང་། བདེ་བ་དང་།







རྣམས་དང་སྤར་མི་ལྷན་ན་འོག་ས་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་།  
 ཞོང་ནས་འོག་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་གཉིས་པོ་ལས་དག་པ་བ་རྣམས་འཐོབ་པོ། །  
 སྤྲིད་ཅེ་ནི་ས་དེར་སྐྱེ་བས་མི་འཐོབ་པོ། ཞོང་ས་མེད་ཅིང་རང་ས་དང་འོག་  
 ས་ནས་དེར་སྐྱེ་བ་ལ་ནི་སྤར་ནས་ལྷན་པས་སོ། །རིགས་ཙམ་སྤར་ནས་ལྷན་  
 པ་ནི་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་དག་པ་བ་དང་། གནས་པ་ཆ་མཐུན་ནས་  
 ཉམས་པས་ཉམས་པ་ཆ་མཐུན་དག་པ་བ་འཐོབ་པོ། །ཟག་མེད་གྱི་དངོས་  
 གཞི་རྣམས་སྤར་མི་ལྷན་ན་འོག་ས་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡིས་.....  
 ཐོབ་གྱི་སྐྱེ་བ་དང་ཉམས་པས་མི་ཐོབ་པོ། །སྤར་ལྷན་པ་ལ་ནི་ཟད་པ་ཤེས་  
 པ་ལས་ནི་མི་སྒྲོབ་པ་ཐོབ་ལ། དད་མོས་མཐོང་ཐོབ་ཏུ་འགྱུར་ན་སྒྲོབ་པ་  
 ཐོབ་ཅིང་། ཏུས་སྤྱོད་མི་གཡོ་བ་རྟོགས་ན་མི་སྒྲོབ་པ་འཐོབ་པོ། །ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་ནི་གོང་ས་ལས་ཉམས་པ་དང་། སྤྲིད་ཅེ་ལས་གཞན་འོག་ཏུ་  
 སྐྱེ་བ་ཡིས་སྤར་མི་ལྷན་པ་ལས་འཐོབ་པོ། །གཉིས་པ་ནི། སྟོམས་འཇུག་གི་  
 མཇུག་ཏུ་གང་སྐྱེ་ཞེ་ན། ཟག་པ་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་ཐ་མ་མཇུག་  
 ཐོགས་སུ་རྒྱུན་གྱི་ཆེ་རང་རིག་དང་། ལྷང་བའི་ཆེ་དག་པ་བ་འབྱུང་ལ་རང་  
 ས་ནས་བཟུང་བའི་ལྷག་གསུམ་པ་དང་། འོག་གསུམ་པའི་བར་གྱི་དགེ་བ་  
 དག་པ་བ་དང་། ཟག་མེད་ཀྱང་སྐྱེ་ཤི། ཐོད་ཀྲལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱིས་ཤེས་  
 སོ། །བསམ་གཏན་དང་པོའི་མཇུག་ཏུ་ནི་དུག་སྐྱེ་ཤི། རང་ས་དང་བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པའི་དག་པ་བ་དང་། ཟག་མེད་གཉིས་  
 གཉིས་སོ། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ལས་བདུན་ཏེ། རང་ས་དང་རྣམ་  
 ཤེས་དང་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་གསུམ་གྱི་དག་པ་བ་དང་། ཟག་མེད་  
 གཉིས་གཉིས་དང་། སྤྲིད་ཅེ་འི་དག་པ་བའོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལས་





བརྒྱད། རྣམ་ཤེས་ལས་དག། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དང་  
 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆོད་གསུམ་ལས་བཅུ་བཅུ་རེ་སྐྱེ། །བསམ་  
 གཏན་དག་པ་བ་ལས་ནི་ཟག་མེད་དེ་བཞིན་ཏུ་སྐྱེ་ལ། བྱད་པར་ཏུ་རང་  
 སའི་ཉོན་མོངས་ཀྱང་སྐྱེ་བས་གངས་རེ་རེས་ལྷག་པར་སྦྱར་རོ། །བསམ་  
 གཏན་ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་ནི་རང་སའི་དག་པ་བ་དང་། ལྷན་གྱི་ཆོ་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་ཉིད་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་གཟིར་བའི་ཆོ་འག་མའི་དག་  
 པ་བ་གཅིག་ཀྱང་སྐྱེ། །ཤི་འཕོ་བའི་ཆོ་འག་པ་བ་སྐྱེས་ཐོབ་ལས་ས་དག་  
 བོ་ཀུན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་འབྱུང་རོ། །ས་གོང་འོག་ཀུན་ཏུ་སྐྱེ་རུང་བས་  
 ས། །འཆི་འཕོ་བ་ན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྒྲིམས་འཇུག་ལས་རང་ས་དང་  
 འོག་སའི་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་ལ། གོང་སའི་ཉོན་མོངས་པ་མི་སྐྱེ་སྟེ། འོག་  
 སའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་གོང་སར་སྐྱེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་  
 དག་པ་བ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ཉམས་པ་ཆ་མཐུན་དང་སོགས་པས་གནས་  
 པ་ཆ་མཐུན་དང་། བྱད་པར་ཆ་མཐུན་དང་། དེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་རོ། །  
 སྲིད་ཅེ་ལ་གོང་ས་མེད་པས་བྱད་པར་ཆ་མཐུན་མེད་ཅིང་། ས་གཞན་  
 རྣམས་ལ་བཞི་ཆར་ཡོད་དེ། དག་པ་བ་བཞི་པོ་དེ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་ཉོན་  
 མོངས་པ་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། རང་ས་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པ་དང་། གོང་ས་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། ཟག་མེད་སྐྱེ་བ་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ལོ། །བཞི་པོ་གང་གི་མཇུག་ཏུ་གང་སྐྱེ་ཞེན། ཉམས་  
 པ་ཆ་མཐུན་གྱི་མཇུག་སོགས་སུ་ནི་རང་ཉིད་དང་། ཉམས་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་  
 མཇུག་ཏུ་གནས་པ་ཆ་མཐུན་དང་ཉམས་པ་ཆ་མཐུན་གཉིས་དང་། གནས་  
 པ་ཆ་མཐུན་གཉིས་དང་སོགས་པས་གནས་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་མཇུག་ཏུ་དེས་་་་





འབྲེད་ཆ་མཐུན་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གསུམ་དང་། བྱད་པར་ཆ་མཐུན་གྱི་  
 མཐུག་ཏུ་ཉམས་པ་ཆ་མཐུན་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གསུམ་དང་། རེས་  
 འབྲེད་ཆ་མཐུན་གྱི་མཐུག་ཏུ་དེ་ཉིད་གཅིག་པུ་སྦྱེའོ། །གསུམ་པ་ཐོད་ཀྱལ་  
 གྱི་སྦྱེ་ཚུལ་ནི། ཐོད་ཀྱལ་གྱི་སྦྱོམས་འཇུག་རི་ལྟར་སྦྱེ་ཞེས། འདི་ལ་སྦྱར་བ་  
 དང་། དངོས་གཞི་གཉིས་ལས། སྦྱར་བ་ལ་རིང་སྦྱར་ནི། གང་ལ་ཐོད་ཀྱལ་  
 ཏུ་བྱ་བའི་གཞི་ས་རྣམ་པ་བརྒྱད་ལ་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་རྣམ་པ་.....  
 གཉིས་འབྲེལ་བ་སྟེ། གོ་རིམ་བཞིན་ཏུ་འཇུག་སྟེ། ཟག་བཅས་བརྒྱད་ལ་  
 ལྷགས་མཐུན་མི་མཐུན་གཉིས་དང་། ཟག་མེད་བདུན་ལ་ལྷགས་མཐུན་མི་  
 མཐུན་གཉིས་སུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའོ། །ཉི་སྦྱར་ནི་ཟག་བཅས་ལ་གཅིག་  
 སྟེ་བར་ཏུ་རེ་རེ་ཀྱལ་ནས་ལྷགས་མཐུན་ཏུ་སོང་ཞིང་ལྷགས་མི་མཐུན་ཏུ་.....  
 འོངས་པའོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་ཟག་མེད་བདུན་ལ་འང་བར་ཏུ་རེ་རེ་ཀྱལ་ནས་  
 ལྷགས་མཐུན་དང་ལྷགས་མི་མཐུན་ཏུ་སྦྱོམས་པར་འཇུག་པའོ། །ནས་ཞེས་  
 པའི་སྦྱ་ནི་སྦྱར་བ་དང་། དངོས་གཞི་རིམ་པར་སྦྱོན་པའི་ཆོག་གོ། །དང་པོ་  
 ནི། ཟག་བཅས་གྱི་བསམ་གཏན་དང་པོར་འཇུག །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
 པོར་ནས་རིགས་མི་མཐུན་ཟག་མེད་གྱི་བསམ་གཏན་གསུམ་པར་འགོ།  
 ཟག་བཅས་གྱི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་པོར་ནས་ཟག་བཅས་དང་། རིགས་མི་  
 མཐུན་ཟག་མེད་གྱིས་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྦྱེ་མཆེད་ལ་འགོ་བའོ། །དེ་  
 ནས་རྣམ་ཤེས་པོར་ནས་ཟག་བཅས་གྱི་ཅི་ཡང་མེད་ལ་འགོ་བའི་ཚུལ་གྱིས་...  
 བར་ཏུ་ས་རེ་རེ་ཀྱལ་རྟེ། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་རིགས་མི་མཐུན་པའི་ས་  
 གསུམ་པར་འགོ་བའི་སྦྱོ་ནས་ལྷགས་མཐུན་དང་ལྷགས་མི་མཐུན་ཏུ་ལྷགས་  
 པ་ན། ཐོད་ཀྱལ་གྱི་སྦྱོམས་འཇུག་དངོས་གཞི་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཤིན་ཏུ་





རིང་བས་བཞི་པ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། སྒོ་གསལ་བས་སྒྲིང་གསུམ་གྱི་མིའི་  
 རྟེན་ཅན་དང་། ཉེན་མོངས་པ་མེད་ཅིང་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་དབང་ཐོབ་  
 པས་མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་ཁོ་ནས་སྦྱང་དོ། །བཞི་པ་རྟེན་གང་གིས་གང་  
 མངོན་བྱ་བྱེད་པ་ནི། རྟེན་གང་ལ་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་  
 སྒྲིམས་འཇུག་མངོན་བྱ་བྱེད་ཅེན། འདི་དག་རང་ས་དང་འོག་སའི་རྟེན་  
 ཅན་ཡིན་གྱི། རྟེན་གོང་མ་བས་འོག་མའི་སྒྲིམས་འཇུག་མངོན་བྱ་བྱེད་དེ།  
 དགོས་པ་མེད་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་སྲིད་ཅེར་སྦྱེ་བའི་འཕགས་པ་ཕྱིར་མི་  
 འོང་ནི། རང་ས་ནས་ཟག་མེད་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་ཉེ་བས་དེའི་ཟག་མེད་  
 མངོན་བྱ་བྱས་ནས་སྲིད་ཅེའི་ཟག་པ་ཟད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་དམིགས་  
 བསལ་ལོ། །ལྷ་པ་སྦྱོང་ཡུལ་གང་ལ་དམིགས་པ་ནི། བསམ་གཏན་དང་  
 གཟུགས་མེད་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཅི་ཞེ་ན། སྲིད་པ་དང་བཅས་  
 པ་སྟེ་ཉེན་མོངས་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་ནི་རང་གི་སྲིད་པ་སྟེ། རང་སའི་  
 ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ལ། ཆགས་པ་དང་བྲལ་བས་འོག་ས་  
 དང་། སྲིད་པས་རིས་སུ་བཅད་པས་གོང་ས་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་ལ་  
 འདུན་པར་ཐལ་བས་ཟག་མེད་ལ་མི་དམིགས་པས་སོ། །བསམ་གཏན་དགེ་  
 བ་དག་པ་བ་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ནི་ཆོས་གང་འདུབ་བྱས་དང་འདུས་མ་  
 བྱས་ཐམས་ཅད་ཡིན་ཅིང་། ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྦྱོང་ཡུལ་ནི་ཟག་བཅས་འོག་མ་མིན་གྱི་རང་ས་དང་གོང་སའི་ཟག་བཅས་  
 དང་ཟག་མེད་ཅི་རིགས་པ་དང་འོག་སའི་ཡང་ཟག་མེད་རྗེས་ཤེས་ཚུགས་  
 མཐུན་ནོ། །དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་  
 ནི་འོག་སའི་ཟག་བཅས་སོ། །དུག་པ་ཉེན་མོངས་སྤྱོད་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།





གང་གིས་གང་སྤྱོད་པ། སྤྱོད་བྱེད་གཉེན་པོའི་བྱུང་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་  
 དངོས་གཞིའི་ཟག་པ་མེད་པས་ནི་རང་ས་དང་གོང་སའི་ཉོན་མོངས་པ་.....  
 རྣམས་སྤྱོད་ལ། ཉེར་བསྟོགས་དག་པ་བས་ཀྱང་རང་རང་གི་འོག་སའི་ཉོན་  
 མོངས་རྣམས་སྤྱོད་ཞིང་། ཀྱང་གི་སྤྱོད་ཟག་མེད་མི་སྟོགས་མེད་པ་བསྟུ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་ས་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་རྣམས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དངོས་གཞི་ཟག་བཅས་ཀྱིས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་གཏན་ནས་མི་  
 སྤྱོད་སྟེ། འོག་སའི་ནི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་སྤངས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་  
 སའི་ཉོན་མོངས་ཀྱང་མི་སྤྱོད་སྟེ། སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་  
 མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གོང་སའི་མི་སྤྱོད་སྟེ། དམན་པས་བྱུང་པར་ཅན་  
 ལས་ངེས་པར་མི་འབྱུང་བས་སོ། །གཉིས་པ་གཉེན་པོའི་བྱུང་པར་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་བྱུང་པར། དངོས་གཞིའི་བྱུང་པར། བསམ་  
 གཏན་བྱུང་པར་ཅན་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི་ཉེར་བསྟོགས་དུ་ཡོད་  
 ཅེན། སྟོམས་འཇུག་བརྒྱུད་པོ་དེ་དག་ལ་འཇུག་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱང་  
 བརྒྱུད་དེ། འདིར་འཇུག་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ལ། མཛོན་པ་གོང་མར་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པ་བདུན་བདུན་གྱིས་འཇུག་པར་བཤད་དེ། མཛོན་ཉིད་རབ་ཏུ་  
 རིག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི། ས་གོང་མ་ལ་ཞིབ་དང་། འོག་མ་ལ་རགས་  
 པར་ལྟ་བུ་ཐོས་བསམ་འདྲེས་པའི་ཡིད་བྱེད་དོ། །ཚོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཡིད་བྱེད་ནི། དམིགས་རྣམ་དེ་ཉིད་སྟོམ་བྱུང་ཁོན་ས་ཅེ་གཅིག་པར་སྟོམ་  
 པའོ། །རབ་ཏུ་དབེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡིད་བྱེད་ནི། འོག་སའི་ཉོན་མོངས་  
 ཆེན་པོ་གསུམ་སྤྱོད་པའོ། །དགའ་བ་སྤྱད་པའི་ཡིད་བྱེད་ནི། ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་  
 པའི་དགའ་བ་དང་ལྡན་ཞིང་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་འབྲིང་པོ་གསུམ་སྤྱོད་





པའོ། དཔྱད་པའི་ཡིད་བྱེད་ནི། རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྲུག་མ་ཡོད་མེད་  
 རྟོག་པར་བྱེད་པའོ། སྦྱར་བ་མཐའི་ཡིད་བྱེད་ནི། ཉོན་མོངས་པ་ཡོད་མེད་  
 བརྟགས་པས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་རིག་ནས་གཉེན་པོ་བསྐྱེམས་ཏེ་ཆུང་བྱ་  
 གསུམ་སྦྱང་པའོ། སྦྱར་བ་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་བྱེད་ནི། གོང་མའི་དངོས་  
 གཞིར་གྱུར་པའི་ཡིད་བྱེད་དོ། ཅི་ཉེར་བསྐྱེགས་རྒྱལ་ས་ཀྱང་དངོས་གཞི་  
 ལྟར་ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་སྤྲུག་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། ཆོར་བ་  
 ཆོགས་པ་འང་དངོས་གཞི་དང་འདྲའམ་ཞེ་ན། འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བར་བྱེད་པའི་ལམ་ཡིན་པས། ཉོན་མོངས་ཅན་མེད་ཀྱི། དག་པ་བ་ཁོ་ན་  
 དང་འོག་སའི་ཡིད་འབྱུང་དང་མ་བྲལ་ཞིང་འབད་དེ་དྲངས་དགོས་པས་  
 བདེ་བའང་མིན་ལ། སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡང་མིན་པས་བཏང་སྦྱོམས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཁོ་  
 ན་དང་ལྡན་ནོ། ཉེར་བསྐྱེགས་དང་པོ་མི་སྦྱོགས་མེད་འདི་ལ་འཕགས་པ་  
 སྟེ་ཟག་པ་མེད་པའང་ཡོད་དེ། སེམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་སམ། གོང་སའི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན་པས་སོ། ཞེས་སོ། བསྐྱེད་པ་ལས་ནི་དེ་མཉམ་བཞག་གི་  
 དངོས་གཞི་ཡིན་པས་སོ། ཞེས་སོ། ཁ་ཅིག་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་  
 གསུམ་བྱ་འདྲོད་དེ། དངོས་གཞི་ལ་འབྲུན་སྤྲུགས་པས་སོ་ཞེས་སོ། བསམ་  
 གཏན་བྱད་པར་ཅན་ཞེས་བཤད་པ་དེའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་ནང་ཆོན་རྟོག་པ་མེད་ཅིང་དཔྱད་པ་དང་ལྡན་པའི་བྱད་པར་ལ་  
 བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་ཞེས་བསྟན་ཏེ། དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་ལས་བྱད་  
 པར་བྱ་འཕགས་པས་སོ། དངོས་གཞིའི་ཡན་ལག་ལ་ཡན་ལག་རགས་པ་  
 ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་སྤྱོད་པ་ལ་འདྲོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་  
 བྱེད་བྱག་གིས། ཙམ་བྱད་གཉིས་སུ་བསྟན་ཏོ། བསམ་གཏན་བྱེད་མ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་



ཡན་ལག་ལ་འདི་ལྟ་བུ་དབྱེ་བ་མེད་པས།      ཅམ་པོ་དང་བྱད་པར་ཅན་  
 གཉིས་མེད་དོ། །འདི་ལའང་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་དག་པ་བ་སོགས་རྣམ་  
 པ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། འབད་པས་བྱང་དགོས་པས་ཆོར་བ། བདེ་བའང་  
 མིན་སྟུག་བསྐྱེད་ཡང་མིན་པས་བྱང་སྟོམས་སོ། །དེའི་དག་པ་བ་སྟོམ་པ་  
 དེ་ནི་ཆངས་ཆེན་དུ་སྟེ་བས་ཆངས་ཆེན་གྱི་འབྲས་བུ་ཅན་ནོ། །ཞེས་བསྟན་  
 ཏོ། །གསུམ་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། གསུམ་དུ་དབྱེ་བ།  
 བཞིར་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སའི་སྟོན་ནས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ན། མདོ་ལས་  
 རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པ་དང་། རྟོག་པ་མེད་ལ་དཔྱད་པ་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་  
 གསུངས་པ་གང་ཞེ་ན། བྱད་པར་ཅན་མན་ཆད་དངོས་གཞིའི་ཅམ་པོ་དང་།  
 མི་ཚུགས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་དང་བཅས་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། བྱད་པར་ཅན་ནི་རྟོག་མེད་དཔྱད་ཅམ་དང་།  
 བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་ཡན་ཆད་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉེར་.....  
 བསྟོགས་ནས་སྤྲོད་ཅེའི་བར་ནི་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་.....  
 འཛིན་ནོ། །ལམ་གྱི་སྟོན་ནས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ན། མདོ་ལས། སྟོང་པ་ཉིང་  
 དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་  
 གསུངས་པ་གང་ཞེ་ན། མཆོན་མ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་མཆོན་མ་ནི་  
 བའི་འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་དང་མཆུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་.....  
 འཛིན་ནོ། །མཆོན་མ་ནི་བརྩ་སྟེ། ཡུལ་ལྔ་དང་། འདུས་བྱས་གྱི་མཆོན་ཉིང་  
 བཞི་དང་། བོ་མོའི་མཆོན་མའོ། །སྟོང་པ་ཉིང་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་བདག་  
 མེད་དང་སྟོང་པ་ཉིང་གྱི་མཆོན་ཉིང་གཉིས་དང་མཆུངས་པར་ལྡན་པས་...





འཇུག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ། །སྒྲོན་པ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་རྣམ་པ་  
 ཐུག་པོ་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ལྷག་མ་བཅུ་དང་མཚུངས་་་་  
 པར་ལྷན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ། །མི་རྟག་པ་དང་སྤྱུག་བསམ་པ་དང་ཀུན་  
 འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཞིས་ཡིད་འབྱུང་ལ། ལམ་ཡང་གཟིངས་ལྟར་དོར་བྱ་  
 ཡིན་པས་སྒྲོན་པ་མེད་པའོ། །འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་དང་སྟོང་  
 བདག་མེད་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ཡིད་མི་འབྱུང་སྟེ། སྟོང་བདག་མེད་ཀྱང་ལྷང་  
 འདས་དང་འདྲ་བས་སོ། །ཞེས་སོ། །གཞན་དག་ནི་ལམ་ཡང་མཚན་མེད་དེ།  
 མཚན་མའི་རྟོག་པ་སེལ་བའི་ཐབས་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་སོ། །འདི་བདེན་  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་ས་ལྷག་མ་བདུན་གྱི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་མེད་ཅིང་།  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་མེད་པས་ས་བཅུ་གཅིག་གི་དག་པ་བ་དང་། གི་མ་  
 མེད་པ་ནི་ཟག་མེད་ས་དགུ་ལ་བརྟེན་ནོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་པོ་དེ་དག་  
 ལས་དྲི་མ་མེད་པ་ནི། རྣམ་པར་ཐར་པ་ལྷག་བཅས་དང་ལྷག་མེད་གྱི་གྲོང་  
 ཏུ་འཇུག་པའི་སྟོན་སྟེ། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་མོ། །གཏན་ལ་  
 དབབ་པ་བསྐྱ་བ་ལས་ནི། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་སོགས་རྒྱུང་པའི་སྒྲི་འབྱུང་བ་  
 ལ་ནི་ཐོས་བསམ་སྟོན་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་སྤྱི་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། སྟོང་པ་  
 ཉིད་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་སོགས་འབྱུང་བ་ལ་ནི་སྟོན་བྱུང་ཁོ་ན་འཛིན་ཏོ། །  
 སྟོན་བྱུང་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་སྤྱི་ལ་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྟོན་སྟེ། སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་སོགས་འབྱུང་བ་ལ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་སྟོན་བྱུང་ཁོ་ན་བཟུང་བར་བཤད་དོ། །ཡང་ཡུལ་ལ་འཇུག་  
 རྒྱལ་གྱི་སྟོན་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་ཏུ་ཕྱེན། ཉིང་དེ་འཛིན་རྣམ་པ་  
 གསུམ་སྟེ། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་པ་དང་།





སོགས་པ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་མཚན་མ་  
 མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནོ། །གསུམ་པོ་འདི་དག་ལས་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་  
 པོ་གཉིས་ནི་རིམ་བཞིན་མི་སྒྲོབ་པའི་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་.....  
 དམིགས་ནས། འདི་ནི་བདག་གི་མིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོང་པའི་རྣམ་པར་ལྟ་བ་  
 དང་། མི་སྒྲོབ་པའི་སྒྲོན་པ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་མི་  
 རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་བལྟའོ། །རྣམ་པ་གཞན་རྩ་མི་ལྟ་སྟེ། དུལ་ཟག་པ་  
 མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ལྟ་བས་སོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་པ་ནི་མི་སྒྲོབ་  
 པའི་མཚན་མ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་སུ་མི་སྒྲོབ་.....  
 པའི་མཚན་མེད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཉིད་ཀྱིས། སོ་སོ་བརྟགས་མིན་འགོག་པ་  
 ལ་དམིགས་ཏེ། མ་བརྟགས་པ་ཟད་པ་ཞེས་པ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 བརྟགས་མིན་འགོག་པ་ལ་བྱའོ། །རྣམ་པ་ནི་ཁི་བའི་རྣམ་པ་ཁོ་ནའོ། །  
 དཔེར་ན་དག་གསོད་བྱེད་ཀྱི་མི་ལ་དགའ་ན་དགའ་ལ་མི་དགའ་བར་བྱུབ་པ་  
 ལྟར། འགོག་བྱེད་ལ་ཡོན་ཏན་རྩ་ལྟ་བས་དགག་བྱ་སུན་ཕྱང་བར་འཁྱུར་སོ།  
 རྣམ་པ་ལྟག་མ་འགོག་པ་ལ་སོགས་པར་ནི་མི་ལྟ་སྟེ། གང་སྟེལ་ལས།  
 འཇུག་པ་ཆད་པའི་ཕྱིར་ཁི་བའི་རྣམ་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་སོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་  
 དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲོ་དང་པོ་གཉིས་ལ་དམིགས་ཤིང་།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་གསུམ་པས་ནི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲོ་གསུམ་པ་བཀག་པ་ལ་.....  
 དམིགས་ནས་སུན་འབྱེན་པས་རྣམ་ཐར་སུན་འབྱེན་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །  
 ཉིང་དེ་འཛིན་དང་པོས་སྒྲོང་པའི་རྣམ་པ་དང་། གཉིས་པས་མི་རྟག་པའི་  
 རྣམ་པ་དང་། གསུམ་པས་ཁི་བའི་རྣམ་པ་འབགས་ལམ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་  
 ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར། རོ་བོ་ཟག་བཅས་ཉིད་ལྟོ། །རྟེན་ནི་མའི་ནང་རྩ་སྟེ་སྟེ།





གྲོགས་ལ་བས་སོ། །གང་ཟག་ནི་དག་བཅོམ་པ་མི་གཡོ་བའི་ཆས་ཅན་ཁོ་ན་  
 ལ་ལྟན་ཏེ། གཞན་གྱིས་ནི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲོལ་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱགས་མི་རུས་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲོལ་ནི་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་  
 བས་ཆགས་པའི་གནས་སུ་གྱུར་བས་སོ། །ས་ནི་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་  
 མིན་པའི་ཉེར་བསྟོགས་གོང་མ་བདུན་མ་གཏོགས་པ་ས་བཅུ་གཅིག་ན་ཡོད་  
 རོ། །གཉིས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་བཞིར་དབྱེ་བ་ནི། མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་བར་  
 གནས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན། ཤེས་པ་མཐོང་བར་འགྱུར་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན།  
 ཤེས་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན། ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བའི་  
 ཉིང་དེ་འཛིན། ཅས་གསུངས་པ་དེ་གང་ཞེན། དགེ་བའི་བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་དངོས་བཞི་དག་པ་བ་དང་ཟག་མེད་ནི། དཔེན་པ་ལས་སྦྱེས་  
 པའི་དགའ་བདེས་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་སྟོན་པ་སྟེ། འདྲི་བའི་ཉེས་དམིགས་ལས་འདས་པའི་ཐོག་མར་  
 ཐོབ་པས་ཡིད་ཆེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་འབྲོག་དགོན་པར་སྟོམས་པས་  
 གདུང་བ་རྩྭ་གྲུ་མ་ཅན་གྱིས་ཆེས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་སྦྱི་མར་བདེ་བར་  
 འགྱུར་བར་མ་དེས་པས་མཐོང་ཆོས་ལ་ཞེས་སྟོས་སོ། །འདིས་མཆོན་ནས་  
 བསམ་གཏན་བཞི་ཆར་བབྱང་ངོ་། །ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་གྱིས་དངས་  
 པའི་རྗེས་གྱི་དེས་ཤེས་གྱི་ལས་དགེ་སྤྱི་སྟགས་ཤེས་པ་དང་། མིག་གིས་  
 བར་དོའི་གཟུགས་མཐོང་བས་ན་ཤེས་པ་དང་། མཐོང་བར་འགྱུར་བ་ཞེས་  
 བཤད་དོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་སྟོས་པ་ནི། འབྲས་བུ་མངོན་ཤེས་ལ་རྩ་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མིང་བཏགས་པས་སོ། །སྦྱར་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་  
 ཁམས་གསུམ་པ་ནི་སྤྱག་པ་དང་། ཟག་མེད་གྱི་ལམ་ནི་སྟོའི་བྱང་པར་གོང་





བས་གོང་དུ་འབྱེད་ཅིང་སྐྱོད་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོན་པ་ཡིན་...  
 ཉེ། འདིར་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ལ་དེར་བཏགས་པའོ།  
 རོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་རབ་མཐའ་བཞི་...  
 པས་བསྐྱུས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་...  
 སྟོན་པའོ། ཉིང་དེ་འཛིན་བཞི་པོ་འདི་ནི་སྟོན་པས་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་  
 པ་ལྟར་བསྟན་པ་སྟེ། ཤིང་འཛམ་བུའི་བྱང་དུ་བསམ་གཏན་དང་པོ་སྐྱོད་ལ།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་བྱང་དུ་སྐྱུན་དང་པོ་ལ་ལྷའི་བུའི་བདུད་བཙུག་ནས་ལྷའི་...  
 སྐྱུན་བསྐྱོད་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་འཆི་འཕོ་དང་། སྐྱེ་བ་ཉམ་ང་བ་ལ་གཟིགས་  
 བས་དེ་དག་སྐྱབས་པའི་ཕྱིར་དུ། བྱང་སྐྱུན་ལ་ནམ་ཐར་སྐྱུར་བ་  
 ལས་བྱང་བའི་ཡོན་ཏན་མངོན་དུ་མཛད་དེ། སྐྱུན་གསུམ་པ་ལ་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཀུན་སྐྱུར་...  
 ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་བར་དུ་མཛད་དོ་ཞེས་བྱེ་བྲག་སྤྲེལ་བ་ཟེར་རོ། །བཞི་  
 པ་སྟོན་པས་འབྲུག་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཆད་མེད་བསྟན་པ་  
 དང་། ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་དང་།  
 བྱང་པར་གྱི་ཆོས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཆད་མེད་པའི་དབྱེ་བ་ནི་བྱམས་པ་དང་།  
 སྟིང་རྩེ་དང་། དགའ་བ་དང་། བཏང་སྟོན་པའི་བཞི་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅན་  
 ཆད་མེད་པ་ལ་དམིགས་པས་ཆད་མེད་ཅས་བསྟན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བཞིར་  
 དེས་ཤེས་ན། གཞོད་སེམས་དང་། སྐྱུར་པས་རྣམ་འཆོད་མི་དགའ་བ་  
 དང་། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཏེ་བཞིའི་གཞན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རོ་  
 པོ་ནི་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་དགོ་བའི་རང་བཞིན་བྱམས་པ་སྟེ། སྟིང་རྩེ་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲའོ། །གཞན་བདེ་བས་ཡིད་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ནི་དགའ་བ་ཡིན་





ལ། བཏང་སྟོམས་ནི་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་དཔོན་གྱིས་  
 བློ། ཆགས་སྣང་གཉིས་ཀ་སྟོམས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བཞེད་པས་ཆགས་  
 སྣང་གཉིས་ཀའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ལ། ཆགས་པའང་ཉེ་དུ་ལ་ཆགས་པ་ལ་  
 མཛོད་དོ། །འཁྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་མི་སྦྱག་པ་ལ་བཞེད་དོ། །  
 བྱམས་པ་སྐྱེས་བཞིའི་རྣམ་པ་ནི་ཀྱེ་མ་སེམས་ཅན་རྣམས་བདེ་བར་གྱུར་ལ་  
 ཅིག་སྟམ་པ་དང་། སྦྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པ་དང་།  
 དགའ་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་ཆགས་སྣང་མེད་པར་མཉམ་སྟོམས་པའོ། །སྟོད་ཡུལ་ནི་འདོད་པ་ན་  
 སྟོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཏེ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་གཞོད་སེམས་ལ་  
 སྐྱེས་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་སོ། །ས་ནི་དགའ་བ་ཡིད་བདེ་ཡིན་པས་  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཁོ་ན་ན་ཡོད་ལ། གཞན་གསུམ་ནི་བསམ་  
 གཏན་ས་དུག་ན་ཡོད་དོ། །ཁ་ཅིག་དངོས་གཞི་ལྟ་བུ་ཉིད་ན་ཡོད་པར་  
 འདོད་ལ། གཞན་དག་ནི་འདོད་པ་དང་། ཉེར་བསྟོགས་ཕྱི་མ་གསུམ་ཡང་  
 བསྟན་པས་ས་བརྩུན་ཡོད་ཟེར་རོ། །ཅི་ཆད་མེད་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་སྟོང་  
 ངམ་ཞེན། དེ་བཞི་ཡིས་དངོས་སུ་མི་སྟོང་ཤི། དངོས་གཞི་དག་པ་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་མས་པ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། སྤར་གཉེན་པོར་བཤད་པ་ནི་ཆད་མེད་བཞི་པའི་སྦྱར་བས་རྣམ་པར་  
 གཞོན་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་སྣངས་པ་ཐག་བསྐྱང་བར་བྱེད་  
 པས་སོ། །ཞིན་ནི་དང་པོ་མི་དག་གི་ནང་དུ་སྟེད་ལ། ལྷན་ཚུལ་ནི་དགའ་བ་  
 ཆད་མེད་མ་གཏོགས་པ་གཞན་གསུམ་ནི་ངེས་པར་གསུམ་ལྷན་ཡིན་ཅིང་།  
 དགའ་བ་ནི་བསམ་གཏན་གོང་མ་གཉིས་སུ་སྦྱོས་པ་ལ་མེད་དོ། །མངོན་པ་





གོང་མ་བས་ནི། ཡོན་ཏན་འདི་རྣམས་པལ་ཆེར་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་  
རབ་མཚུངས་ལྡན་ཏུ་བཞེད་ཅིང་། ས་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་ལ་བརྟེན་ནོ། །  
གང་ཟག་ནི་མྱེ་རོལ་པ་དང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་  
གཞན་བསྟན་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཐོབ་བྱ་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོ་པོ། དེ་དག་གི་ཐོབ་  
ཚུལ། ཉེན་གྱི་ཁྱད་པར། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟེ་ཚུལ་ལ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་  
སྟེ། རྣམ་ཐར། ཟིལ་གཞོན། ཟད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། དམིགས་པ་ལ་  
རྒྱབ་ཀྱིས་སྦྱགས་པས་རྣམ་ཐར་ཏེ། དེའང་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་  
དང་། གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་དང་།  
གཟུགས་མེད་བཞིའི་རྣམ་ཐར་བཞི་དང་། འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་ཏེ་བརྒྱད་  
དོ། །རྣམ་ཐར་དང་པོ་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་བསྟོན་པ་ལ་མོགས་པའི་རྣམ་པ་  
ཅན་ཡིན་པས་མི་སྤྱག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ས་ནི་འདྲོད་པ་དང་  
བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་ཁ་དྲོག་གི་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པ་  
པས་རིམ་བཞིན་བསམ་གཏན་དང་པོ་གཉིས་ན་ཡོད་ལ། བསམ་གཏན་  
གསུམ་པ་ལ་ནི་རྣམ་ཐར་མ་བཞག་ཅིང་། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཡན་  
ཆད་ན་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་མིག་ཤེས་མེད་པ་དང་། བདེ་བའི་སྦྱིང་པོས་བསྦྱོད་  
པས་སོ། །རྣམ་ཐར་གསུམ་པ་སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་  
པའི་ཡར་མཐའ་བཞི་པ་ན་ཡོད་ཅིང་དེ་ནི་ངོ་བོ་མ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ་འཁོར་  
དང་བཅས་ན་སྤང་པོ་ལཱོ། །དགོས་པ་ནི་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཁུམ་པར་  
ཀྱུར་པ་ན་གཟིངས་བསྟོད་པའམ། དེ་གཉིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་བརྟག་པའི་དོན་  
ཏུ་སྟེ། སྤྱག་པར་ཡིད་ལ་བྱས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་མི་སྟེན་དེ་གཉིས་གྲུབ་  
པའོ། །མངོན་པ་གོང་མ་བས་ནི། དང་པོ་གཉིས་ནི་སྤྱག་མི་སྤྱག་སྤུལ་པ་ལ་







ཆགས་པ་འཇམ། ལེ་ལེ་སྐགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཕན་ཚུན་སྟོས་པའི་འདུ་ཤེས་  
 རྗེས་སྤྱོད་འབྲེལ་བའི་འདུ་ཤེས་དང་རོ་གཅིག་པའི་འདུ་ཤེས་གསུམ་གྱིས་སྟོན་  
 པར་བཞེད་དོ། །གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞི་ནི་མཉམ་བཞག་དགེ་བ་  
 དག་པ་བ་དང་ཟག་མེད་རྣམས་ཡིན་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་མཉམ་པར་.....  
 མ་བཞག་པ་འཆི་སེམས་ལྟ་བུ་ནི་མིན་ལ། ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་པ་ཡང་མ་གཏོགས་ཏེ། འོག་ས་ལ་དམིགས་པས། དམིགས་པ་ལ་རྒྱབ་  
 ཀྱི་སྟོགས་པ་མེད་པས་སོ། །འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་ནི་འགོག་པའི་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་པ་སྟེ། ཚར་བ་དང་འདུ་ཤེས་ལ་རྒྱབ་ཀྱི་སྟོགས་པས་སོ། །  
 གཞན་དག་ནི། སྟོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་ཐར་པས་སོ། །ཞེས་སོ། །  
 སྟོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ཡོད་ན་ལུས་སེམས་ལས་སྤྲི་རུང་བས་ཁམས་.....  
 གསུམ་པའི་ཆགས་བྱལ་གྱིས་ཀྱང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་སྟེད་  
 མི་རུས་སོ། །སྟོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ནི་ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་འདུས་ཏེ། དབུས་  
 མཐའི་འགྲེལ་བཤད་ལས། མཐར་གནས་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དགྲའི་མི་མཐུན་  
 སྟོགས་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པའི་མི་ཤེས་པར་བཤད་པས་སོ། །འཇུག་  
 སེམས་ནི་རང་བཞིན་གྱི་ཕྱ་བ་སྤྱིད་ཅེའི་སེམས་ཡིན་ལ་དེ་བས་ཀྱང་ཕྱ་བར་  
 བྱས་ནས་འཇུག་ཅིང་རང་གིས་སྤྱིད་ཅེའི་དག་པ་བ་དང་། འོག་མ་ཅི་ཡང་  
 མེད་པའི་འཕགས་པའི་སེམས་གྱིས་དེ་ལས་ལྷང་སྟེ། འཇུག་སེམས་ཟག་  
 བཅས་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། ལྷང་སེམས་ནི་ཟག་བཅས་དང་ཟག་མེད་གཉིས་ཀའོ། །  
 རྣམ་ཐར་དང་པོ་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ནི་འདོད་པར་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་  
 མཆེད་དེ། རྣམ་ཐར་དང་པོ་གཉིས་གཟུགས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་། ལྷག་  
 པའི་རྣམ་ཐར་ནི་གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་བྱིར། ལྷང་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ནོ། །





རྣམ་ཐར་གང་དག་གཟུགས་ཅན་མིན་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་གི་སྤྱད་ཡུལ་ནི་.....  
 ཞོང་མ་དང་རང་གི་སའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྐྱགས་པ་དེའི་རྒྱད་དང་  
 འགོག་པ་དང་། རྩེས་ཤེས་སྤྱགས་མཐུན་དང་བཅས་པའི་ལམ་གྱི་འོག་  
 དང་རང་ས་ཐམས་ཅད་དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་མཆོན་མེད་ཡིན་སྲིད་  
 པས་བཏགས་མིན་དང་། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་ནི་རྣམ་  
 མཁའ་ཡང་ཡིན་ནོ། ཅིའི་ཕྱིར་མདོ་ལས། སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་དང་འགོག་  
 པའི་རྣམ་ཐར་གཉིས་པོ་ཁོ་ན་ལ་ལུས་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ཞེས་སྟོས་ཤེ་  
 བ། སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་ནི་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་གྱི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་དང་།  
 འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་  
 པས་འདི་གཉིས་གཙོ་པོ་ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་  
 ཁམས་དང་སའི་མཐའ་ན་གནས་པས་སོ། །ས་སྟེ་ལས་ནི། འཕགས་པ་  
 རྣམས་འདི་དག་ལ་ལན་མང་དུ་གནས་པ་དང་ཤས་ཆེར་གནས་པ་ཡིན་.....  
 པར་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་དང་། མཆོན་ཉིད་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྟེ་མཆེད་ལ་དབྱེ་བས་ཟིལ་གཞོན་  
 གྱི་སྟེ་མཆེད་བཞི། ཁ་དོག་ཟིལ་གཞོན་གྱི་སྟེ་མཆེད་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་དོ། །དེ་  
 ལ་དབྱེ་བས་ཟིལ་གཞོན་གྱི་སྟེ་མཆེད་ནི། བྱང་གཟུགས་སུ་འདུ་ཤེས་པས་  
 ཕྱིའི་གཟུགས་རྒྱུད་དུ་ཁ་དོག་བཟང་བ་དང་རན་པ་རྣམས་ལ་ལྟ་ཞིང་.....  
 གཟུགས་དེ་དག་ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་ཤེས། ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་མཐོང་  
 སྟེ་དེ་ལྟར་འདུ་ཤེས་པ་འདི་ནི་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྟེ་མཆེད་དང་པོ་འོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ཏེ་ཆེན་པོ་ལ་ལྟ་བ་དང་། བྱང་གཟུགས་མེད་པར་འདུ་  
 ཤེས་པས་རྒྱུད་དུ་དང་ཆེན་པོ་ལ་ལྟ་བ་དང་གཉིས་སོ། །ཁ་དོག་ཟིལ་གཞོན་





གྱི་སྐྱེ་མཆེད་བཞི་ནི། རྒྱུ་གཟུགས་མེད་པར་འདུ་ཤེས་པ་དག་ཁོ་ནས་  
 བྱིའི་གཟུགས་སྡོན་པོ། ཁ་དོག་སྡོན་པོ། སྡོན་པོ་ལྟ་བུར་སྡོན་པ། འོད་སྡོན་  
 པོ་འབྱུང་བ་རྒྱལ་ས་ལ་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་ཟེར་མའི་མེ་ཏྲོག་གསལ་ཡུལ་སྤྱར་ན་  
 སྤྱིའི་རས་ལུན་སྤུམ་ཚལ་ས་སྡོན་པོ། ཁ་དོག་སྡོན་པོ། སྡོན་པོ་ལྟ་བུར་  
 སྡོན་པ། འོད་སྡོན་པོ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་རྒྱུ་བྱིའི་གཟུགས་སྡོན་པོ། སྡོན་པོ་  
 ལྟ་བུར་སྡོན་པ། འོད་སྡོན་པོ་འབྱུང་བ་རྒྱལ་ས་ལྟ་ཞིང་གཟུགས་དེ་དག་  
 ཅེས་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱུ་མེར་པོ་ལ་དོང་ཁའི་མེ་ཏྲོག་དང་རས་སྐྱར་  
 བ་དང་། དམར་པོ་ལ་བན་རྒྱ་ཇི་བ་ཀ་དང་རས་དཀར་པོ་ལ་སྐར་མ་པ་བ་  
 སངས་དང་རས་སྐྱར་ཏེ། ཟིལ་གྱིས་མཛོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱུད་པའོ་ཞེས་  
 པའི་བར་རྒྱ་འདོན་པའོ། རྒྱུ་གཟུགས་སུ་འདུ་ཤེས་པས་གཟུགས་རྒྱུད་རྒྱ་  
 གཉིས་ལ་ལྟ་བའི་ཟིལ་གཞོན་དང་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱུ་ཐར་དང་པོ་བཞིན་རྒྱ་  
 རྒྱུ་གཟུགས་སུ་འདུ་ཤེས་པས་བྱིའི་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་སོགས་ངོ་བོ་དང་།  
 ས་དང་གཉིན་པོ་དང་། ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། རྒྱུ་གཟུགས་  
 མེད་པར་འདུ་ཤེས་པས་བྱིའི་གཟུགས་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་ལ་ལྟ་བའི་ཟིལ་གཞོན་  
 གཉིས་ནི་རྒྱུ་ཐར་གཉིས་པ་བཞིན་རྒྱ་ངོ་བོ་དང་། ས་དང་གཉིན་པོ་དང་།  
 ཡུལ་སོགས་ཤེས་པར་བྱའོ། གལ་ཏེ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་མ་ཐོབ་ན་  
 རང་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཤེག་པར་འགལ་ལ། ཐོབ་ན་གཟུགས་ལ་ལྟ་  
 བར་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་མ་ཐོབ་ན་རང་ལ་  
 གཟུགས་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་བཞག་པ་ཅམ་བྱེད་ཀྱི། ཐོབ་ན་ནི་ཐོག་མར་  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་རང་ལ་གཟུགས་  
 ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཤེག་ཅིང་། དེ་ནས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་





ལངས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱ་སྟེ། དེས་གཟུགས་ལ་ལྟ་བས་  
 ན་མི་འགལ་ལོ། མངོན་པ་གུན་ལས་བརྟུས་ལས། གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
 བཤེག་པ་འཇམ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་པས་ཀྱང་རུང་སྟེ། ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །འདིར་གཟུགས་རྒྱུད་དུ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་དང་།  
 ཆེན་པོ་ནི་རྫོད་ཀྱི་གཟུགས་སོ། །བརྟུང་གྱི་གཟུགས་བཟང་ངན་གཉིས་ནི་  
 ལྟ་མའི་གཟུགས་སོ། །རྫོད་ཀྱི་ནི་མངོས་མི་མངོས་སོ། །ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་  
 ནི་དབང་བསྐྱར་བའོ། ཤེས་མཐོང་གཉིས་ནི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དོ།  
 ཁ་དོག་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་བཞི་ནི། ས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱག་པའི་རྣམ་  
 པར་ཐར་པ་བཞིན་ནོ། །སྟོན་པོ་ནི་མདོར་བསྟན་ཏི། ཁ་དོག་སྟོན་པོ་ནི་  
 ལྟན་སྟེས་སོ། །སྟོན་པོ་ལྟ་བུར་སྟོན་པ་ནི་སྦྱར་བ་ལས་བྱུང་བའོ། །འོད་སྟོན་  
 པོ་འབྱུང་བ་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་སྟོན་པོའི་མདངས་ཡོད་པའོ། །ཟར་མའི་མེ་  
 ཏོག་ནི་སྟོན་པོ་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་དཔེའོ། །རས་ནི་སྦྱར་བ་ལས་བྱུང་བའི་དཔེའོ། །  
 ལྟར་ན་སྤྲིའི་རས་དཔེར་མཛད་པ་ནི། ཁ་དོག་གཞན་ལས་ཆེས་གསལ་བའོ།  
 སེར་པོ་ལ་སོགས་པ་འང་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ཏི། རོང་ཁའི་མེ་ཏོག་ནི་སེར་  
 པོའི་དཔེའོ། །བན་དུ་ཇི་བ་ཀ་ནི་དམར་པོའི་དཔེའོ། །སྐར་མ་པ་བ་སངས་  
 ནི་དཀར་པོའི་དཔེའོ། །རྣམ་ཐར་ནི་དམིགས་པ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྟོགས་པ་  
 ཅམ་དུ་ཟད་ལ། འདིས་ནི་དམིགས་པ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏི་ཇི་ལྟར་འདོད་  
 པ་ལྟར་མོས་ཤིང་ཉོན་མོངས་མི་སྟེའོ། །གཟུགས་མེད་ལ་ཟིལ་གཞོན་མ་  
 བཤད་པ་ནི། གཟུགས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་ཟིལ་གཞོན་དུ་བཤད་པས་སོ། །  
 གསུམ་པ་ཟད་པར་བཤད་པ་ལ། བར་ཆད་མེད་པར་རྒྱས་ཤིང་བྱབ་པར་  
 བྱེད་པས་ན་ཟད་པར་ཏི། ཟད་པར་བརྟེའོ། །ས་དང་རྒྱ་དང་མེ་དང་རྒྱང་



དང་། རྩོན་པོ་དང་མེར་པོ་དང་དམར་པོ་དཀར་པོ་དང་། རྣམ་མཁལ་  
 དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་དམིགས་པའོ། །དང་པོ་བརྒྱད་ངོ་བོ་མ་ཆགས་  
 པའི་དགོ་བ་དང་། ས་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ན་ཡོད་དོ། །སྤྱིད་ཡུལ་འདྲོད་  
 པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད། ས་ལ་སོགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་དང་མཐུན་མོ།  
 ཁ་ཅིག་ཟད་པར་རྒྱུད་གི་དམིགས་པ་ནི་རེག་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྐྱེ་མཆེད་  
 གཟུགས་ཅན་གཞན་བརྒྱད་ལ་ཟད་པ་མ་བཞག་པ་ནི། དབང་པོ་ལྷན་སྦྱོད་  
 ལ་མ་བྱལ་པ་དང་། གྲི་རོས་གཟུགས་ཁམས་ལ་མ་བྱལ་ཅིང་སྤྲེལ་རྒྱུན་མེད་  
 པས་སོ། །ཞེས་བཤད་ལ། ས་སོགས་འབྱུང་བཞི་ལ་ཟད་པར་བཞག་པ་ནི་  
 དེ་མེད་ན་འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྒྱུད་པས་བྱལ་པར་བྱེད་མི་རུས་པས་སོ། །  
 ཞེས་བཤད་དོ། །རྒྱས་པར་ཉི་ཤི་རྣམས་བར་ལྟོ། །ཟད་པར་ཐ་མ་གཉིས་ནི་  
 གཟུགས་མེད་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དག་པ་བའི་རང་བཞིན་ཏེ། སྤྱིད་ཡུལ་རང་  
 གི་ས་པའི་ལྷུང་པོ་བཞིའོ། །གཟུགས་མེད་གོང་མ་གཉིས་ལ་མ་བཞག་པ་ནི་  
 དམིགས་ཡུལ་བྱལ་པར་སྤོ་བྱེད་མིན་པས་སོ། །རྣམ་ཐར་སོགས་དེ་གསུམ་  
 ནི་རིམ་བཞིན་རྒྱལ་བྱིས་སྤྱོད་པས་ཏེ། ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་བྱལ་པར་སྤོ་བས་  
 སྤུ་མ་སྤུ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་མཆོག་གོ། གཉིས་  
 པ་ཐོབ་ཚུལ་ནི། ཅི་རྣམ་ཐར་སོགས་འདི་རྣམས་སྦྱར་བྱུང་ངམ། ཆགས་  
 བལ་གྱིས་ཐོབ་ཅེན། འགོག་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཐོབ་ཚུལ་ནི་སྤར་བཤད་  
 ཟེན་ལ། ལྷག་མ་རྣམ་ཐར་སོགས་ནི་འདྲིས་པ་འདྲོད་ཆགས་དང་བལ་བ་  
 དང་། མ་འདྲིས་པ་སྦྱར་བས་ཐོབ་པས་སོ། །གསུམ་པ་རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་ནི།  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་། ཟད་པར་ནི་ཁམས་གསུམ་ཅར་གྱི་རྟེན་  
 ཅན་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་བརྒྱུད་པའི་ལྷུང་གིས་མཐུས་སྐྱེད་པས་མའི་རྟེན་ཁོ་



ན་ལ་སྐྱེསྐྱེ། ལྷ་ལ་སྐྱེསྐྱེས་པ་གཞན་ལ་ལྷ་འཕྲུང་མེད་པས་སོ། །འོ་ན་ཁམས་གོང་  
མ་གཉིས་པོ་དག་ཏུ་བསྐྱེམ་པར་བྱ་བའི་སྐྱེམས་འཇུག་འོག་མའི་རྟེན་ལ་ངེ་  
ལྷར་སྐྱེ་ཞེན། ལྷ་དང་། ལས་དང་། ཆོས་ཉིད་གསུམ་གྱིས་སྐྱེམས་འཇུག་  
ནམས་སྐྱེད་པ་ལ། དེར་གཟུགས་མེད་པའི་སྐྱེམས་འཇུག་ནི་རྒྱུའི་སྟོབས་  
དང་། ལས་ཀྱི་སྟོབས་གང་རུང་གིས་སྐྱེསྐྱེ། དང་པོ་ནི་མའི་རྟེན་ལ་སྲིད་  
ཅེའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ལས་ཉམས་ཏེ་དེ་མན་ཆད་ཀྱི་གཟུགས་དང་.....  
གཟུགས་མེད་གང་རུང་ཏུ་སྐྱེས་པ་ན་སྔོན་གོམས་པའི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱུས་....  
སྲིད་ཅེའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། མའི་རྟེན་ལ་ཡང་  
བྱི་མ་སྲིད་ཅེར་སྐྱེ་ངེས་ཀྱི་ལས་བྱས་ཏེ། ལྷར་བཞིན་འོག་ས་གང་རུང་ཏུ་  
སྐྱེས་པ་ན་སྲིད་ཅེའི་སེམས་ཐོབ་ནས་དེར་སྐྱེ་ངེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཟུགས་ཀྱི་  
ཁམས་ཀྱི་འོག་ས་ནམས་སུ་གོང་སའི་བསམ་གཏན་ནམས་རྒྱ་དང་། ལས་  
དེ་དག་དང་། དེར་མ་ཟད་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྐྱེསྐྱེ། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
འཇིག་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་ནམས་དགེ་བའི་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་བས། རྒྱུད་  
བསམ་གཏན་སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་པའི་བྱིར། ལྷ་མོད་པ་མེད་པར་གོང་སའི་  
བསམ་གཏན་སྐྱེ་བའོ། །དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དེ་ནི། མདོ་སྡེ་པ་སྔོན་བསམ་  
གཏན་གོམས་པའི་བག་ཆགས་སུ་འདོད་ལ། བྱི་བྲག་སྐྱེ་བ་སྔོན་སྐལ་མཉམ་  
གྱི་རྒྱུ་ལ་འདོད་དོ། །དེ་གསུམ་ཆར་ལ་རྒྱུའི་ཆ་ཡོད་པར་འདྲ་ཡང་གཉིས་པ་  
ལས་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། གསུམ་པ་ངང་གིས་སྐྱེ་བ་གཙོ་ཆེ་བས་དེ་ལྷར་བཤད་དོ། །  
ཆོས་མདོན་པ་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་བྱ་རབ་གསལ་ཞེས་བྱ་བ་ལས།  
སྐྱེམས་འཇུག་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གནས་བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་པ་འོ། །





### གསུམ་པ་བསྟན་བཅས་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་བཤད་པ།

གསུམ་པ་བསྟན་བཅས་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་ལ་ལྟ་སྟེ། བསྟན་པ་དམ་  
 ཚོས་ཀྱི་དབྱེ་བ། བསྟན་པ་འཛིན་པའི་གང་ཟག། བསྟན་བཅས་ཇི་ལྟར་  
 བཅུམས་པ། ཉེས་པ་བཟོད་པར་གསལ་བ། བག་ཡོད་བྱ་བར་གདམས་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི་ཚོས་ཀྱི་རྣམ་པ་དུ་ཡོད། ཡུན་རི་སྤིང་དུ་གནས་ཤིང་།  
 མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ལམ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ནི་དམ་པའི་  
 ཚོས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལུང་གི་ཚོས་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་།  
 རྟོགས་པའི་ཚོས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོགས་དང་མཐུན་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། ཚོས་དེ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། རིམ་བཞིན་སྒྲ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། སྒྲ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་གནས་པ་དེ་སྤིང་དུ་  
 དམ་པའི་ཚོས་གནས་སོ། །གསུམ་པ་ནི། བསྟན་བཅས་འདིར་བཤད་པའི་  
 ཚོས་མངོན་པ་དེ་སྟོན་པས་བཤད་དམ་ཞེ་ན། སྒྲ་བར་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་  
 བདག་གིས་མངོན་པའི་ཚོས་འདི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ཁྱབ་པའི་མཐའ་ཡང་  
 བསྟན་ལ། སལ་ཆེར་ཁ་ཆེའི་ཡུལ་ན་གནས་པའི་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲ་བའི་ཚུལ་  
 ལུགས་ཁྱབ་པར་བཤད་དོ། །བཞི་པ་ནི། འདི་ལ་ཉེས་པར་བློན་པའི་ཆ་  
 གང་དེ་འདིར་རྩལ་པ་པོ་བདག་གིས་ཉེས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ལུང་རྟོགས་  
 ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཚུལ་དེ་བརྗོད་པ་ལ་ཚད་མ་ཐུབ་པ་དང་། དེའི་སྒྲས་ཤུ་  
 རིའི་བྱ་ལ་སྟགས་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ལྟ་པ་ནི། སྟོན་པ་འཛིག་ཉེན་གྱི་མིག་  
 ཏུ་གྱུར་པས་ལམ་དང་ལམ་མིན་པ་ཡང་དག་པར་སྟོན་པ་ནི་བྱམ་སྟེ་ཕྱ་རན་  
 ལས་འདས་པས་འཛིག་ཉེན་ལོང་བར་གྱུར་ཅིང་། དཔའ་གྱུར་ནི་མངོན་  
 སུམ་དུ་མཐོང་བ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་སྟོན་



པའི་ཞེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པའི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་བོ་ཕལ་ཆེར་.....  
 ཟད་པ་ན་འོ། །མ་རིག་པའི་ཐུན་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་མཐོང་བ་རང་དགར་  
 གྱུར་པ་བཅས་སུ་མི་བརྟུབ་པའི་རྟོག་གེ་ངན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟབ་པའི་.....  
 བསྟན་པ་ཆོག་དང་དོན་གྱི་སྒྲིལ་ནས་དཀྱུགས་པས་སོ། །རང་བྱུང་དང་རང་  
 བྱུང་གི་བསྟན་པ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་རྣམས་མཆོག་ཏུ་  
 ཞི་བ་མུང་འདས་སུ་གཤེགས་ཏེ་འདས་ནས་འགོ་བ་མགོན་མེད་པ་ན།  
 གདམས་ངག་འདོམས་པ་མེད་པར་ཡོན་ཏན་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་ལྟ་བ་  
 ངན་པ་སོགས་ཀྱི་དྲི་མ་དགའ་མཁྱུར་ཏེ་རང་དགར་དེང་སང་འཛིག་རྟེན་.....  
 འདི་ན་སྤྱད་དོ། །དེ་ལྟར་སྟབ་པ་དག་གི་བསྟན་པ་ནི་སྒྲིག་མར་སྤྱི་བྱེད་པ་  
 དང་འདྲ་བར་རིག་པ་དང་། དྲི་མ་རྣམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་དུས་སུ་  
 རིག་པར་བྱས་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བག་ཡིད་པར་.....  
 གྱིས་ལ། ཤེས་རབ་དང་བཙུན་འགྲུས་སུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱས་ཏེ། སྟབ་  
 པའི་བསྟན་པ་སྤྱོད་པ་དུས་ཀྱང་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱས་ཏེ་གོང་ནས་གོང་དུ་.....  
 འཕེལ་བར་བྱའོ། །གཞུང་ལུགས་འབུམ་ཕྱག་དགུ་བཅུ་གོ་དགུའི་ཆོག་དོན་  
 མ་ལུས་པ་འཛིན་པ་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཞིན་གྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །  
 བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་ཆེད་དུ་འགྱུར་བྱང་སྟོས་པ་ནི་རྒྱ་གར་ཞེས་སོགས་.....  
 སོ། །

### མཁྱུག་བྱང་སྟོན་ཆོག

སྟོབས་བཅུ་ལྡན་པའི་གསུང་རབ་གངས་ཆེན་མཆོ། །ལེགས་བཤད་ཡན་  
 ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཟབ་མོའི་ཆོས། །མཁས་པ་སྤྱོད་དབང་རྣམ་པར་རོལ་པའི་  
 གནས། །གཞུང་ལུགས་བྱེ་བའི་ལྷ་རིས་རྣམ་པར་གཡོ། །ཆོས་མཛོན་ཤེས་







བྱེ་ཁྱ་སྐར་སྤང་གཟུགས་ལྟ། ། སྦྱོན་བྲལ་དོན་གྱི་འདབ་སྤྲང་རྣམ་པར་  
 རྒྱས། ། ལེགས་བཤད་པད་མཚོ་ཀུན་རྒྱ་ཆེར་ཡངས་པ། ། སྦྱོན་བྲལ་ཉི་མའི་  
 ཟེར་གྱིས་པད་མོ་བཞིན། ། དགོངས་དོན་གེ་སེར་སྤྲང་པོ་རྣམ་པར་འབྱེད། །  
 ལྷང་རིགས་དྲི་མེད་ཆ་ཟེར་སྤྲང་འཕྲོ་བ། ། རྣམ་བཤད་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་ཅན། ། རྣམ་སྦྱོང་ཆུ་གཏེར་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་པ་ལས། །  
 རལས་མང་སྤྱིང་བཞི་དག་གི་རྒྱན་གྱུར་པ། ། ཡོངས་སུ་གྱུབ་པའི་དགེ་བ་རྩ་  
 འོད་ལྟར། ། རབ་རྒྱ་དཀར་ཁིང་མཁའ་ལྟར་ཡངས་པ་ཡིས། ། རྒྱག་བསྐལ་ཅ་  
 རྩབས་གཡོ་བའི་སྤྲིད་མཚོ་ལས། ། འགོ་རྣམས་ཐར་པའི་སྤྱིང་རྒྱ་འགོད་  
 མཛོད་པའི། ། ཆོད་མེད་སྤོན་ལས་ཡོངས་སུ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག ། རལས་པ་ཉིན་  
 བྱེད་གཟི་བཞིན་སྤྲང་པོ་ལ། ། འབྲན་འདོད་སྤོན་བྱ་མེ་བྱིར་ཆོགས་རྣམས་  
 ཀུན། ། སྤྲག་དོག་ཡིད་གྱི་ལྷན་པ་རྣམ་སྤངས་ནས། ། རང་གི་གནས་ཚུལ་  
 སེམས་པར་བྱེད་ན་ལེགས། ། ཀུའང་ལྷགས་བྱེ་བ་སྤྲག་བརྒྱ་བདུད་ཅིང་རོ། །  
 མགིན་པའི་ཆུ་འཛིན་དབུས་སུ་ལེགས་བཟུང་ཁིང་། ། རྣམ་དཔྱད་སྤོབས་  
 པའི་སྤྲིག་སྤང་རབ་གསལ་བས། ། རལས་པའི་གསུང་རབ་པད་མོས་མཛེངས་  
 ཡངས་ཤིང་། ། ལེགས་བཤད་ཆུ་སྤྲང་དྲི་མེད་རྒྱན་འབབ་པ། ། རོར་གྱི་ཙ་  
 ལག་གསུང་གི་བདུད་ཅིང་འོད། ། རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་རྣམ་བཤད་མང་རྒྱ་  
 བྱུང་། ། ཟབ་མོད་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་པའི་གྲུ་བོ་ཆེ། ། ཚུལ་འདི་གཞུང་ལྷགས་  
 བྱེ་བ་སྤྲག་བརྒྱ་པ། ། ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པའི་ངག་གིས་གསལ་བར་བྱས། །  
 དགེ་བ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ལྟར་ཡངས་པ་དང་། ། དྲི་མེད་སྦྱོན་ཀའི་རྩ་ལྟར་  
 དཀར་བ་དང་། ། རྒྱ་མཚོའི་རྩལ་སྤྲེད་རྣམ་མང་ཐོབ་པ་ཡིས། ། རལས་  
 མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་གྱུར་ཅིག ། ཚུལ་འདི་ནི་གསང་རབ་ཀུན་གྱི་







༄༅། སྒྲིམ་རིམ་དང་པོའི་འགྲེལ་པ་ཞི་ལྷག་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

### མཚན་བརྗོད་དང་སྒྲུང་གཞི།

སྒྲིམ་རིམ་དང་པོའི་འགྲེལ་པ་ཞི་ལྷག་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན། སྒྲིམ་  
མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚལ་སོ། །སྒྲིམ་རིམ་དང་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་གྱི་རིམ་པ་མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་རྟོག་གི་ཐུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ།  
ཟབ་མོའི་དོན་རྣམ་པར་འགྲེལ་པ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ། མཁྱེན་པའི་དགྲིལ་འཁོར་རབ་གསལ་ཉི་མའི་  
འོད། བུགས་རྗེའི་བསེལ་ཟེར་ལྷ་བའི་འོད་དང་ལྷན། ངག་གི་སྤྲོབས་པ་མི་  
ཟད་ལྷག་པའི་ལྷ། སྒྲིག་ཏེར་གངས་རིའི་མདོག་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ། ལྟོན་  
དུས་སྤྲོན་བལ་མཁའ་ལ་ཉི་མ་བཞིན། མ་ལུས་ཤེས་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་  
མདོན་སུམ་དུ། མཁྱེན་པར་གྱུར་ཅིང་མཐའ་ཡས་འགོ་བ་ལ། ལན་བདེ་  
སྤྲོབ་མཛད་སྤྲོབ་དབང་ལ་ཕྱག་འཚལ། ཆར་སྤྲོན་སྤྱག་པོས་ཁིབས་པའི་  
མཚོ་བཞིན་དུ། སྤྲོ་བའི་ཚུ་མཚོ་ལེགས་བཤད་སྤྲོན་སྤྲོན་ལྷན། འཛམ་གླིང་  
མཁས་ཀྱང་གྱུས་མཚོག་དུ་བསྐྱགས། བསྐྱའི་ངང་ཚུལ་མཚོག་དེ་རྣམ་པར་  
རྒྱལ། ལེགས་བཤད་མེ་རྟོག་སྤྲོང་བ་མགོན་པར་འཛིན། ཀུན་རབ་ཀྱང་  
ལ་མི་འཇིགས་སྤྲོབས་པ་ཐོབ། མཁས་མང་སྤྱད་བང་གཙུག་གི་ཁོར་བྱ་  
མཚོག་ དཔལ་ལྷན་སྤྲོ་མའི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཚལ་སོ། །སྤྲོ་མེད་བྱང་ཚུབ་  
མཚོག་དུ་བསྐྱོད་པའི་ལམ། ཟབ་དོན་གི་སར་སྤྲོང་པོ་རྣམ་འབྱེད་པ། །





བསྐྱེད་པའི་ཆུལ་གསུང་རབ་བྱེད་མེད་ཀྱི། ཆོག་དོན་ཇི་བཞིན་གསལ་བའི་  
 རྣམ་བཤད་བྱ། མཁས་པའི་དབང་པོ་ཞི་བ་འཛོམས། འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་  
 མཁས་པ་མཆོག་ཏུ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་ཤིང་། གསུང་རབ་ཀུན་ལ་མི་འཇིགས་  
 པའི་སློབས་པ་ཐོབ་པ། བྱད་པར་རིགས་པའི་ཆུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་  
 སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལས། སློབ་དཔོན་རྩ་ཤར་མཁྱེན་ལ་མ་སོགས་པའི་  
 ལྟ་བ་ངན་པ་རྣམས་བསྐྱོག་ཅིང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མ་ནོར་  
 བར་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅས་མཛད་པར། རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྤང་ལྷེ་བཙན་གྱི་ཞལ་  
 སྐྱེས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བས། དང་པོ་ཞི་གནས་ཤས་ཆེ་བ་དང་། བར་དུ་  
 ཟུང་དུ་འཇུག་པ་དང་། ཐ་མ་ལྷག་མཐོང་ཤས་ཆེ་བ་སྟོན་པ་འཕམ། ཡང་ན་  
 དང་པོ་རང་གི་བཞེད་གཞུང་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་དང་། བར་པ་ལམ་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པའི་ཆུལ་གསལ་བར་མཛད་པ་དང་། ཐ་མ་གཞན་སྤྱེད་སུན་  
 དབྱུང་བ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་སློབ་པའི་རིམ་པ་གསུམ་གསུངས་པ་ལས།  
 སློབ་པའི་རིམ་པ་དང་པོ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།

### དང་པོ་མཆོན་བསྐྱར་ཅིང་བཤད་པ།

མཆོན་བསྐྱར་ཅིང་བཤད་པ་དང་། བཤད་བྱའི་དོན་དངོས་སོ། །དང་པོ་  
 བློ་མ་ན། ཞེས་པ་བོད་སྐད་ཏུ། སློབ་པ་ལོ། ཀྱུ་མ་ཞེས་པ་ནི་རིམ་པ་ལོ། །  
 ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་འདྲིས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་སློབ་པ་ལོ། །སློབ་ཆུལ་  
 གྱི་རིམ་པ་སྟོན་པས་ན་རིམ་པ་ལོ། །འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་  
 རྒྱག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པ་ནི། ལོ་རྒྱ་བས་རང་དང་པའི་ལྷ་ལ་རྒྱག་འཆལ་བའི་  
 དོན་དུ་གསུངས་སོ། །





### གཉིས་པ་བཤད་བྱའི་དོན་དངོས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བཤད་བྱའི་དོན་དངོས་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་དངོས་དང་། བཤད་པའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པའོ། །

### བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། བརྗོད་པར་བྱའོ། །གང་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པའོ། །ཇི་ལྷན་ན། གསལ་བའི་རབ་དབྱེ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་ཀྱང་། མདོར་བསྟུས་ཙམ་མོ། གང་གི་ཆེད་དུ་ཞེ་ན། རང་གི་སྒྲོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་མདོ་ལ་བལྟས་པས། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་རྟོགས་མི་རུས་པའི་ལས་དང་པོ་པ་དེའི་ཉམས་སུ་སྤང་བྱ་ལས་བཅུམས་ཏེ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །ཇི་ལྷན་བྱའི་ལས་དང་པོ་པ་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེའི་དོན། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཚུལ་ལམ་ཐབས་སྟོན་པར་འདོད་པའོ། །ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་ཡིན་ལ། དེའི་ཐེག་པ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའོ། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་དང་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པས་མདོ་སྟེའོ། །

### སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་དངོས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྒྲིམ་བྱའི་གནས་མདོར་བསྟུ་བ་དང་། སོ་སོར་རྣམ་པར་དབྱེ་བའོ། །

### བསྒྲིམ་བྱའི་གནས་མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཡང་བརྒྱད་ནས་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་རྒྱར་འཁྱར་མོད། འོན་ཀྱང་། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལྟར་དུ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་འབད་པར་བྱའོ་ཞེས་སྟེལ་ལོ། །གང་ན། བསྐྱེད་





པར་བྱ་བའི་གནས་འདི་གསུམ་ལ་འོ། །གསུམ་གང་ཞེན། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་  
 པའི་རྒྱུ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་ཀྱང་མདོར་བསྟན། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཙ་བ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། སྟོང་རྗེས་འཕངས་པའི་སྟོན་  
 པ་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 དམིགས་པའི་དོན་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་ཏུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའོ། །འདི་དག་  
 རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་བ་ན།  
 གཞན་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་སྟེལ། དེ་ནས་གཞན་ཀྱི་སྟུག་  
 བསྐྱེད་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་རྟོག་པར་མཛད་དོ། །སྟུག་བསྐྱེད་སེལ་བའི་  
 ཐབས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ལ། རྣམ་མཁྱེན་མ་ཐོབ་པར་  
 བསྐྱར་བར་མི་རུས་པར་མཐོང་ནས། གཞན་དོན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་  
 ཀྱི་སེམས་སྟེལ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་འབྱུང་བས།  
 དེའི་ཐབས་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི་གནས་གསུམ་པོའི་གོ་རིམ་མོ། །

### བསྐྱེད་བྱའི་གནས་སོ་སོར་བབད་པ།

གཉིས་པ་སོ་སོར་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ལ། མདོར་བསྟན་ལྟར་དོན་གསུམ་  
 ལས།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཙ་བ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྟན་པ།

ཐོག་མར་སྟོང་རྗེ་སྟོན་པ་ལ་དོན་གཉིས་ཏེ། ཐོག་མར་སྟོང་རྗེ་གཙུག་པོར་  
 བྱ་བར་བསྟན་པ་དང་། སྟོང་རྗེ་སྟོན་པའི་ཐབས་སོ། །

ཐོག་མར་སྟོང་རྗེ་གཙུག་པོར་བྱ་བར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟོང་རྗེ་རང་དོན་ཀྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་དང་། གཞན་  
 དོན་ཀྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་དང་། མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཀྱི་རྒྱུར་བསྟན་





པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། ལུང་གིས་བསྐྱབ་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། རྒྱུའི་ཅ་བ་གསུམ་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་འབྲུག་  
 པའི་ཐོག་མར་སྟིང་ཇེ་དེ་ཉིད་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སངས་རྒྱུས་  
 གྱི་ཆོས་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྣམ་སྒྲིམ་གྱི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པའི་རྒྱུའི་  
 ཅ་བ་སྟིང་ཇེ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་བསྒྲིམ་མོ། །གཉིས་པ་ལུང་  
 གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་གྱི་ཆོས་རྣམས་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱས་ལ་ཞེས་གསུངས་ན། གང་ལ་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། ལུང་ལས་ཤེས་པར་  
 བྱའོ་ཞེས་སྟན་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་གྱི་ཆོས་རྣམས་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པ་དེ་སྐད་ཏུ་  
 འཕགས་པ་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟུང་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ། དྲིས་ལན་  
 ཏུ་མ་ཡོད་པ་ལས། སྒྲུ་མ་རྣམས་གསུངས་པའི་ཇེས་ཐོགས་དེ་ནས་བཅུ་  
 ལྷན་འདས་ལ་འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་ཏེ་གང་གིས་ཞེ་ན།  
 འཕགས་པ་སྟུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷུག་གིས་སོ། །མདོ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 བཅུ་ལྷན་འདས་དབང་པོར་བཞག་ནས་རང་གི་རྟོགས་པ་བརྟུན་པ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཐོག་མར་ཆོས་རབ་ཏུ་མང་པོ་ལ་སྒྲོབ་པར་མི་.....  
 བཀྱའོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་ན། སྟིང་ཇེ་གཙོ་  
 བོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟན་ཏོ། །འོ་ན་ཐོག་མར་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟུམ་ན།  
 བཅུ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཆོས་གཅིག་ཐོག་མར་ཐོས་པས་  
 རབ་ཏུ་བབྱུང་ཞིང་། བསམ་པ་དང་སྒྲིམ་བྱུང་གིས་རབ་ཏུ་རྟོགས་པར་བཀྱའོ་  
 བ། སངས་རྒྱུས་རྒྱུའི་ཆོས་དང་། འབྲས་བུའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་  
 དེའི་ལག་མཐིལ་ན་མཆིས་པ་ལགས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ་ཐོབ་པར་སྒྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །  
 གང་ཏུ་ཆོས་གཅིག་རབ་ཏུ་བབྱུང་ན་ཞེས་གསུངས་ན། ཆོས་གཅིག་པོ་གང་





ཞིན། འདི་ལྟ་སྟེ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ། སྤྱིང་རྩེ་ཙམ་པོ་ནི་ཉན་ཐོས་སོགས་  
 ལའང་ཡོད་ལ། དེ་ལས་ལྷག་པས་ཆེན་པོ་ལ། རྩོད་པོ་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་སྤྱག་བསུལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པར་ཅན་ནི། བཙམ་ལྷན་  
 འདས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསུལ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་སྤྱིང་  
 རྩེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེམས་པས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
 བསྐྱེམས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་ལྷག་ཏུ་ཐོབ་པས་ན།  
 དེ་རྣམས་ཀྱི་ལག་མཐིལ་དུ་མཆིས་པ་དང་འདྲ་བ་ལགས་སོ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་  
 པོ་ཡོད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་ན་མཆིས་པ་དང་.....  
 འདྲ་བའི་དཔེ་བསྟན་པ་ནི། བཙམ་ལྷན་འདས་རང་གི་རྟོགས་པ་བརྗོད་  
 པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྤྲོས་པ། ཇི་སྐད་བརྗོད་པའི་དཔེ་གསལ་བར་བསྟེན་  
 འདི་ལྟ་སྟེ། འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆའི་མཐུས་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་དབང་བསྐྱར་བས་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་.....  
 གནས་གང་དུ་མཆིས་པ་དེར་དཔུང་གི་ཆོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཞི་པོ་ཐམས་.....  
 ཅད་མཆིའོ། ཡན་ལག་བཞི་ནི། ཤིང་རྩེ་ལ་བརྟེན་པའི་དམག་ཆོགས་དང་།  
 སྤང་པོ་ཆའི་དམག་གི་ཆོགས་དང་། རྩེ་པའི་དམག་གི་ཆོགས་དང་། དཔུང་  
 ཏུ་རྒྱུད་གི་ཆོགས་སོ། འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི། རྒྱལ་པོས་  
 བསམས་པའི་དོན་དེ་ལས་འབྱུང་བའོ། རྟེན་བརྗོད་ནས་དོན་བསྟན་པ་ནི།  
 བཙམ་ལྷན་འདས་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་  
 པོ་དེ་གང་ཟག་གང་གི་རྒྱུད་དུ་མཆིས་པ་དེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་.....  
 ཅད་བདེ་ལྷག་ཏུ་གྲུབ་པར་མཆིས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཙ་བར་དཔེས་བསྟན་པ་ནི། བཙམ་ལྷན་







འདས་སྤྱིང་ཇི་གཙོ་བོར་གྲུབ་པའི་དཔེ་བཟོན་པར་བསྒྱུ་ན། གང་ཟག་གང་  
གི་སྒྲིག་གི་དབང་པོ་མཆིས་ན། གང་ཟག་དེ་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་  
པའི་དབང་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་ཞིང་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དཔེ་  
བཀོད་ནས་དོན་བསྟན་པ་ནི། བཙུག་ལྷན་འདས་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། གང་  
གི་རྒྱུད་ལ་སྤྱིང་ཇི་ཆེན་པོ་མཆིས་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡིན་ཏན་  
གྱི་ཆོས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཡིན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་བར་བསྟན་པ་ནི། འཕགས་པ་སློ་  
གྲོས་མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། བཙུན་པ་ཤར་དུ་ཉིད་ཀྱི་  
ཞེས་པོས་ནས། མི་ཟད་པ་བརྒྱུད་ཅུ་ལས་སྤྱིང་ཇི་མི་ཟད་པ་བསྟན་པ་ནི།  
གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་ཇི་མི་ཟད་དོ། །དེ་ཅིའི་  
ཕྱིར་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡིན་ཏན་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །མི་ཟད་ཅེས་པ་ནི། ཉན་སོས་ཀྱི་སྤངས་རྟོགས་ལྷག་མེད་དུ་  
ཟད་པར་འདོད་པ་ལྟར་མ་ཡིན་པར། འཁོར་བ་ཅི་སྲིད་པར་འཇུག་པས་མི་  
ཟད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡིན་ཏན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་ཆུལ་གྱི་དཔེ་  
བསྟན་པ་ནི། བཙུན་པ་ཤར་དུ་ཉིད་ཀྱི་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་སྟེན་སུ་རྣམས་  
ཀྱི་དབུགས་ཕྱིར་རྒྱ་བ་དང་ནང་དུ་རྒྱ་བ་ནི། མིའི་སྒྲིག་གི་དབང་པོའི་སྒྲིབ་  
དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདིས་མི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་གི་ཉེན་རྒྱུད་དུ་  
བསྟན་པས་ན། ནང་གི་རྒྱུད་དང་སྒྲིག་དོན་གཅིག་པ་བསལ་བ་ཡིན་ཅོ། །ཁི་  
སྐད་བསྟན་པའི་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། འཁོར་བའི་གཡུལ་ངོ་བོ་སྒྲིག་པའི་  
དཔའ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིང་ཇི་ཆེན་པོ་ནི། རྒྱུད་ཐེག་ཆེན་དང་  
འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་དག་པར་བསྟུབ་པའི་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་





རོ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །འདིས་སྟིང་ཇེ་ཆེན་པོ་ནི་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཐུ་གུའི་ས་བོན་དང་འབྲ་བར་བསྟན་ནོ། །  
 སྟིང་ཇེ་ཆེན་པོ་བྱང་སེམས་རྣམས་པར་ཕྱིན་དུག་གི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་  
 རྒྱུར་བསྟན་པ་ནི། རི་བོ་ག་ཡ་གོ་རིའི་རྩེ་མོ་ལ་བཞུགས་ནས་བཤད་པས།  
 འཕགས་པ་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། ཀྱང་ཞེས་  
 པའི་རྒྱས་ནི། མདོ་ལྷ་མ་གཉིས་སྟུང་པའོ། །ལྷའི་བྱ་སྤང་བ་དྲི་མ་མེད་པས་  
 འཇམ་དཔལ་ལ་དྲི་བ་ནི། འཇམ་དཔལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་  
 བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་པ་སྦྱོད་པའི་དང་པོའི་རྩོམ་པ་ནི་ཅི། ཞེས་པ་ནི་ངོ་  
 བོ་དྲི་བའོ། །གནས་ནི་གང་ཞེས་པས་ནི། དམིགས་པ་དྲི་བའོ། །འཇམ་  
 དཔལ་གྱིས་ལྷའི་བྱའི་ལན་སྤྲས་པ། ལྷའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་རྣམས་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་སྦྱོད་པའི་དང་པོའི་རྩོམ་པ་ནི། སྟིང་  
 ཇེ་ཆེན་པོའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྟིང་ཇེ་ཆེན་པོ་ལས་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་  
 གི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། གནས་ནི་སེམས་ཅན་རོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྟེ་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་ལ་གནས་ཞེས་བསྟན་ནོ། །དེ་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། འདིར་བཀོད་པའི་ཉུང་  
 གྲ་ཙམ་ཞིག་གསུངས་སྟུམ་པའི་དོགས་པ་བསྐྱེད་པའོ། །མང་དུ་གསུངས་  
 ཀྱང་འདིར་ཉུང་གྲ་ཙམ་ཞིག་བཀོད་པ་ནི་ཆོག་མང་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་གཞན་དོན་གྱི་རྩ་བར་བསྟན་པ་ནི། གོང་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བར་བསྟན་པ་དེ་ལྟར། གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པའི་རྩ་  
 བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྟིང་ཇེ་ཆེན་པོས་སེམས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བསྦྱོད་པས། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་བདག་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མི་བཟུ་བར་མཐའ་ཡས་་་་





པའི་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་རུང་བ་དང་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཤིན་ཏུ་ཕན་པ་དོན་...  
 ཏུ་གཉེན་པའི་སྒྲིག་ རང་དོན་ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་བསགས་པས་གཞན་  
 དོན་ཏུ་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་བ་ལྟས་དང་སྒྲིག་ཀྱང་སྒྲིན་པར་གཏོང་ཞིང་།  
 ཏུས་ཤིན་ཏུ་ལུན་རིང་བ་བསྐལ་པ་གཏངས་མེད་པ་ལ་གཞན་དོན་གྱི་དཀའ་...  
 སྤྱད་ཀྱིས་དུབ་པར་འགྱུར་བ་ལ་འཇུག་གོ། གཞན་ཉན་ཐོས་ལ་དུབ་པའི་  
 རྒྱར་འགྱུར་བས་དེ་སྐད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་ཉིད་  
 དུབ་པར་འགྱུར་བར་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་སྤྱད་  
 བ་དུབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ། གཞན་དོན་གྱི་དཀའ་སྤྱད་ལ་འཇུག་གོ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཡིད་ཆེས་པའི་ལྷང་གིས་བསྟན་པ་ནི། གཞན་དད་པ་  
 བསྐྱེད་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་པའི་མདོ། འཕགས་པ་དད་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་  
 པའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་གསུངས་པ་སྟེ། མདོ་བཤད་པ་ནི། དེ་ལ་སྟིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལས་ནི། གང་སེམས་ཅན་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། ལྷ་དང་མི་  
 ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་པ་སྟེ།  
 མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། གཞན་གྱི་དོན་ཏུ་དཔྱལ་ཆོལ་དང་། ཞེས་པ་ལྟར་  
 རོ། །སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལུན་པ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བའི་སྐྱེ་བ་མི་འདོར་  
 བ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །མདོ་ཆོག་འདི་གཉིས་ཀྱིས་ནི།  
 བདག་གི་བདེ་བ་དང་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་བརྩེ་བར་བསྟན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱས་པ་ལ་ཕན་ཡོན་ཅི་ཡོད་ཅེན། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ལེན་པ་དང་། རང་  
 གི་བདེ་བ་འདོར་བ་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་བ་ལ་ཞུགས་ན། གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་ཆོགས་ཡོངས་སུ་རྒྱས་ཏེ། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་གདོན་མི་བ་  
 བར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་རྒྱད་ལ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །





ཆོགས་གཉིས་བསགས་པ་དང་མཐུན་པར་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་ངེས་པས་ན་  
 གདོན་མི་ཟ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལས་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་པ་ཆུད་མི་ཟ་བའི་  
 དོན་ནོ། །སྤྱིང་རྩེ་ཡོད་ན་ནམ་མཁྱེན་ཐོབ་པར་ངེས་པ་དེ་བས་ན། སངས་  
 རྒྱུ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཙ་བ་ནི་སྤྱིང་རྩེ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་པོ། །  
 གསུམ་པ་མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས་ཀྱི་རྒྱུར་བསྟན་པ་ནི། མདོན་པར་  
 རྩོགས་པར་སངས་རྒྱུ་ཏེ། གཞན་དོན་བྱེད་པ་ཡང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཐུ་  
 གྱི། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་ཟིན་པར་བྱས་པ་ན་བྱང་ཆུབ་  
 མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སངས་རྒྱུ་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་.....  
 བརྟེས་ནས་སེམས་ཅན་ཉི་ཆེ་བ་ཙམ་གྱི་དོན་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མ་  
 ལུས་པའི་དོན་མདོན་མཐོང་དང་ངེས་ལེགས་སྦྱབ་པར་མཛད་ཅིང་། རྩོན་གྱི་  
 རྩོན་ལམ་གྱི་མཐུས་འཁོར་བ་དེ་སྤྱིང་པར་བཞུགས་སོ། །སྤྱིང་ཞི་གཉིས་ཀྱི་  
 མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཤིན་ཏུ་ཞི་བ་དེ་ལྟ་བུ་བརྟེས་  
 བ་ཡང་བཙུག་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་སྤྱིང་རྩེ་.....  
 གོམས་པའི་མཐུས། སེམས་ཅན་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་  
 མི་གནས་སོ། །དེས་ན་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དང་  
 པོར་ཐུ་གུ་སྐྱེ་བ་ལ་ས་པོན་ལྟ་བུ་དང་། བར་དུ་མི་ཉམས་པ་ལ་ཆུ་ལྟ་བུ་དང་།  
 ཐ་མར་ལོ་ཐོག་སྤྱིན་ནས་གཞན་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་དུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱིང་རྩེ་  
 གཙོ་པོར་བྱ་བར་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

སྤྱིང་རྩེ་རྩོམ་པའི་ཐབས་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་རྩོམ་པའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
 རྒྱུ་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུ་གྱི་ཆོས་རྣམས་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་





པོ་ལས་སྒྲེན། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་གང་ལས་སྒྲེལ་ཞེ་ན། སྤྱིང་རྩེ་དེ་ཡང་རབ་རྒྱ་  
 ལྷག་བསྐལ་བའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ཤིང་། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཡིད་  
 ལ་བྱ་བ་མང་རྒྱ་བས་པ་ལས་སྒྲེ་བར་འགྱུར་རྟེ། ཞེས་པས་སྤྱིང་རྩེ་གང་ལ་  
 བསྒྲིམ་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་བསྟན་རྟོ། །ཡུལ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་རྩེ་ལྷར་བསྒྲིམ་  
 པར་བྱ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གང་དག་འདྲོད་པ་དང་། གཞུགས་དང་  
 གཞུགས་མེད་པའི་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད། ལྷག་བསྐལ་  
 གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་  
 བསྐལ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་རྩེ་ལྷར་མཐུན་མཐུན་རྒྱ་སྤྱག་བསྐལ་ལོ་ཞེས་  
 སྤྱིང་རྩེ་སྒྲིམ་པ་ན་དམིགས་རྣམ་དེ་ལྷར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བསྒྲིམ་མོ། །  
 ངན་མང་གསུམ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། མི་དང་འདྲོད་པའི་ལྷ་  
 ལ་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་གཙོ་ཆེ་བ་དང་། ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ན་འདུ་  
 བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་རབ་རྒྱ་ཆེ་བས་ན། གང་ལ་གང་གཙོ་ཆེ་བར་ཡོད་པར་  
 མཐུན་པར་བསྒྲིམ་པ་ནི། རྩེ་ལྷར་མཐུན་མཐུན་རྒྱ་སྒྲིམ་པའི་དོན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱིང་རྩེའི་དམིགས་པ་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་གོམས་པའི་ཆོད་  
 བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལྷག་བསྐལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འགྱུར་  
 བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་ལྷན་པར་བསྟན་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་ལྷ་སྟེ། དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཡི་དྲགས་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་  
 དང་། རུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། མིའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ལྷའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འགྲོ་བ་རིགས་ལྷ་ཡོད་པ་དེ་ལ། སེམས་ཅན་དཔུལ་  
 བ་པ་དག་ནི། བདེ་བའི་བར་མཆོམས་མེད་པས་ན་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱན་མི་





འཆད་ཅིང་། ཆེ་རིང་བས་སྤྱག་བསུལ་ཡང་ཡུན་རིང་ལ། སྤྱག་བསུལ་གྱི་ངོ་  
 བོ་ནི་ཆ་བ་དང་གང་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསུལ་སྤྲོ་ཆོགས་སོ། །སྤྱག་  
 བསུལ་ཚུ་བོ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་ཚུད་ཅིང་། འཕྲོན་པར་དཀའ་  
 བས་ན། སྤྱག་བསུལ་གྱི་ཚུ་བོར་བྱིང་ངོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
 སྤྱུལ་རྟོ། །གཉིས་པ་ནི། དཔུལ་བ་རྣམས་སྤྱག་བསུལ་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱག་  
 བསུལ་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱང་འཕེན་བྱེད་མི་དགེ་བས་  
 འཕངས་པས་ངན་སོང་དུ་སྦྱེས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་རྫོགས་བྱེད་དགེ་བས་བྱས་  
 པ་ཡང་ཡོད་པས་དེ་མ་གཏོགས་པ་པལ་ཆེར་བཟོད་པར་དཀའ་བས་ན་.....  
 ཤིན་རྒྱ་མི་བཟད་པའི་བཀེས་པ་དང་སྒྲིམ་པའི་སྤྱག་བསུལ་གྱི་མེས་བསྐྱམས་  
 པའི་ལུས་ཤིན་རྒྱ་སྤྱག་བསུལ་མང་པོ་མྱོང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ། བཤེས་  
 སྤྱིང་ལས། ༡་ལའི་ཡང་ཐོག་བསྐྱམས་འདྲའི་ཡི་དྲགས་གཟུགས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱག་བསུལ་མང་པོ་ཡོད་ཚུལ་བསྟན་པ་ནི། ཡི་དྲགས་  
 ལ་ལས་ལོ་བརྒྱར་ཡང་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་དང་མི་གཙང་བ་ཡང་བཟར་མི་...  
 རྟེན་ན། གཞན་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་སོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །  
 དཔུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་སྦྱིང་རྩེ་བསྒྲིམ་པ་ཡང་། སྦྱིང་རྩེ་སྒྲིམ་པ་  
 པོའི་མིས་དཔུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསུལ་དངོས་སུ་མི་མཐོང་བས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ལུང་ལས་གསུངས་པའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་བསྒྲིམ་  
 པར་བྱའོ་ཞེས་ཤེས་པའི་དོན་དུ་ལུང་ཁྱངས་སུ་མཛོད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། དཔུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་སུ་མ་བཟད། དུད་འགོ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱ་མཆོ་  
 ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་གནས་པ་དངོས་སུ་མཐོང་མ་མཐོང་ཅི་རིགས་པ་.....  
 རྣམས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བཟུང་བ་དང་། པན་ཚུན་ཁྲོ་བ་དང་། རྣམ་



བར་འཆེ་བ་དང་། གསོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་མང་པོ་མྱེད་བ་ཁོ་  
 ཉན་པལ་ཆེར་མདོན་སྤྲུལ་དུ་སྤང་བ་དེ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། འདི་ལྟར་མིས་  
 ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཁ་ཅིག་ནི། སྤྱང་དབྱག་པ་དང་། དབྱག་པ་ལ་སོགས་པས་  
 བརྟེན་པ་དང་། ཐག་པ་ལ་སོགས་པས་བཅིང་བ་དང་། ཤིང་སྤོང་ལ་  
 བཏགས་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་ཅིང་། མི་ཀུན་གྱིས་རང་དབང་མེད་པར་  
 བདའ་བ་ཡིན་ལ། མི་འདོད་བཞིན་དུ། ཁལ་ཆེན་པོ་སྤྲི་ཞིང་། ཐག་པས་  
 བཅིངས་པས་དཔྱར་དཀར་བས་ཤིན་དུ་སྤྱོ་ཞིང་ངལ་ལོ། །མིས་བདག་དུ་  
 གཟུང་བ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། མིས་བདག་དུ་མ་བཟུང་བའི་  
 རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དགོན་པ་ན་ཉེ་བ་འཁོད་པ་ཡང་ཉེས་པ་མེད་པར་  
 རྩོན་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་འཆོལ་ཞིང་། རྟེན་ན་  
 གསོད་དེ་སྤྱག་བསྐལ་ལོ། །རྩོན་པས་མ་རྟེན་པ་ན་མས་ཀྱང་ཉག་དུ་འཇིགས་  
 པས་ཡིད་འབྱུགས་ཏེ། བན་ཚུན་འབྲོས་ཤིང་འཁོད་པ་ཡང་གངས་ཆོད་  
 གཟུང་དུ་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དཔག་དུ་མེད་པ་མྱེད་བ་ཁོ་ཉན་སྤང་ངོ་། །  
 དཔྱལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་བཞིན་དུ་ལུང་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ཀྱི་  
 བར་པལ་ཆེར་མདོན་སྤྲུལ་དུ་མཐོང་བས་ལུང་གི་ལུངས་མ་བཀོད་པར་སྤང་  
 ངོ་ཞེས་པའི་སྤྱུས་གསུངས་སོ། །བཞི་པ་ནི། ངན་སོང་གསུམ་དང་ཐུན་མོང་  
 བ་ནི། ངན་སོང་གསུམ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མི་ལ་ཡང་  
 སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་འདྲ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཏེ། འདི་ལྟར་མི་ལ་གནས་འདི་ནའང་དཔྱལ་  
 བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་ཆ་མཐུན་པ་རྒྱན་པོ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཞོར་ཀྱི་  
 བདག་དང་རྒྱལ་པོའི་མིས། ཡན་ལག་བརྒྱབ་པ་དང་། གསལ་ཤིང་གི་ཕྱེ་མོ་

ལ་བསྐྱེན་པ་དང་། ཤིང་སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་ལ་བཅིངས་ཏེ། མཁྱེན་པ་  
བགགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཉོན་མོངས་པར་བྱས་པ་དེ་དག་ནི། སེམས་ཅན་  
དམུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཆ་མཐུན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་མོ། ཡི་དྲགས་དང་ཆ་  
མཐུན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། མི་གང་དག་ཟས་ནོར་གྱིས་དབུལ་ཞིང་སོངས་  
པ་དེ་དག་ནི་ཡི་དྲགས་དང་འདྲ་བར་བགྱིས་ཤིང་སྐྱོམ་པ་དང་། དང་པོ་  
ཆོལ་བ་དང་། བྱིས་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟེན་པ་ལ་སོགས་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལོ། །  
རུད་འགྲོ་དང་ཆ་མཐུན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། བྱན་དང་གཡོག་ལ་སོགས་པ་  
གང་དག་། རྒྱལ་པོ་དང་དཔོན་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་རང་གི་ལྷན་ལ་  
དབང་རུ་བྱས་པས། བྱ་དཀའ་བའི་ལས་ལ་སྦྱར་བ་དང་། མི་གང་དག་རྒྱལ་  
པོ་ལ་སོགས་པའི་མཐུས་མནན་ཏེ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དེ་ནི། རུད་འགྲོ་དང་  
འདྲ་བར་དབྱག་པས་བརྟེན་པ་དང་། ཤིང་སྒྲིང་ལ་གདགས་པ་ལ་སོགས་  
པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལོ། མི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། རན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
དང་འདྲ་བར་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་རུ། མི་དེ་དག་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་གཞན་ཡང་  
དཔག་ཏུ་མེད་དོ། །དེ་ངོས་གཟུང་བ་ནི། འབད་པས་འདོད་པའི་དོན་  
བཅའ་བར་བྱས་པ་དང་། དེའི་ཆེད་རུ་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་གཞོད་པ་བྱེད་  
པ་དང་གཞོད་པ་བྱེད་པར་སེམས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྱག་པའི་གཉེན་  
དང་བྲལ་བ་དང་། མི་སྤྱག་པའི་དགྲ་དང་ཕྱད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་གནས་པ་ནི། གལ་ཏེ་མིའི་གནས་ན་ནོར་ཕྱན་སྤྱུལ་ཆོགས་  
པ་དང་ལྷན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་སྟོབས་སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོགས་པ་དང་། རང་  
དབང་དང་ལྷན་པ་ཡང་མཐོང་ངོ་ཞེན། མི་གང་དག་ལས་ཁ་ཅིག་ནོར་  
སྤྱག་ཅིང་། སྦྱིད་པ་དང་འདྲ་བར་སྤྲང་བ་དེ་དག་ཀྱང་། འབྱོར་པ་ཐམས་





ཅད་ཀྱི་མཐའ་པོ་རྒྱད་པ་ཡིན་པས། མཐར་སྟུག་བསྐལ་འབྲེན་པ་སྟེ།  
 འབྲེན་པས་ང་རྒྱལ་བ་དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། ཉག་པར་འཛིན་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དན་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་རྒྱད་གཟིང་བར་བྱེད་ཅིང་།  
 གཟིང་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་པས། སྟུག་བསྐལ་གྱི་མཆོར་རྒྱབ་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 སེམས་ཅན་དབྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟུག་བསྐལ་ཕྱོང་བའི་རྒྱ། ལས་དང་  
 ཉོན་མོངས་པ་གཞོད་སེམས་དང་ཆགས་སེམས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་རྣོ་འཕྲོག་  
 པ་དང་། གཞན་ལ་འཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་བསགས་པས་གད་ཁ་ན་  
 འདུག་པ་དང་དྲ་བར་དན་སོང་གསུམ་དུ་ལྷུང་བས་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱར་.....  
 བྱུར་པ་ལ་གནས་པ་ཡང་། ཡང་དག་པར་ན་སྟུག་བསྐལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས།  
 དེ་ལ་བདེ་བར་འཛིན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ཡིན་ནོ། །མིའི་སྟུག་བསྐལ་བསྟན་  
 ཟེན་ཏོ། །ལྟ་བུ་ལྟའི་སྟུག་བསྐལ་སྟོན་པ་ནི། ལྟ་ལ་ཡང་འདྲོད་པའི་ལྟ་དང་།  
 ཁམས་གོང་མའི་ལྟ་གཉིས་ལས། གང་དག་འདྲོད་པའི་ཁམས་ན་སྦྱོད་པའི་  
 རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་དང་། སུམ་ཅུ་ཙུག་སུམ་པ་ལ་སོགས་པ་འདྲོད་ལྟ་  
 རིགས་དྲུག་པོ་དེ་དག་ནི། འདྲོད་པའི་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་མེས་ཡིད་རབ་དུ་  
 འབར་ཞིང་། འདྲོད་པའི་ཆང་གིས་རབ་དུ་ཕྱྱས་པས། སེམས་རབ་དུ་  
 འབྲུག་པའི་མི་དང་འདྲ་བར་སེམས་བཤའ་མར་ནས་དུ་མི་འདུག་ལ། ཡང་  
 དག་པའི་དོན་ལ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པར་རྣམ་པར་མི་  
 འཁྱར་ཏེ། སེམས་རྒྱུད་ལྟར་རབ་དུ་གཡོ་བའོ། །རབ་དུ་གཡོ་བའི་རྒྱུས་ལས་  
 དང་ཉོན་མོངས་པ་རབ་དུ་ཞི་བའི་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པའི་བདེ་བའི་རྣོར་...  
 གྱིས་དབུལ་བ་དེ་དག་ལ་བདེ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །འདྲོད་པའི་བདེ་  
 བ་ཟག་བཅས་ཀྱིས་འདུག་དུ་སྟུག་བསྐལ་འབྲེན་ཏེ། ཉག་ཏུ་འཆེ་འཕོ་བ་





དང་། ཤིན་པ་དཔྱད་སྤྱོད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པས་འཇིགས་པའི་བྱ་ངན་  
 གྱིས་འོན་པ་དག་སྟེ། དེ་བས་ན་དེ་དག་རི་ལྟར་བདེ་བར་འགྱུར། གང་དག་  
 གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྤྱོད་པའི་ལྟ་དེ་དག་ཀྱང་སྐད་ཅིག་སྟེ།  
 བསྟན་ཏུ་བ་མ་ཡིན་པར་གནས་སྐབས་སྟུག་བསྐལ་གྱིས་སྟུག་བསྐལ་བ་ལས་  
 འདས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཁམས་གོང་མའི་ལྟ་དེ་དག་འདོད་པ་ན་  
 སྤྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ལ་ཉལ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་མོད་.....  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་པས་དེ་དག་ཤིན་ཏུ་མ་སྤངས་པས། སྤྱར་ཡང་  
 ལས་བསགས་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་ཡི་དྲུགས་ལ་སོགས་པར་ལྟང་  
 བ་ཡོད་པས་འགྱུར་བའི་སྟུག་བསྐལ་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་  
 བསྐལ་ལྟ་མི་གཉིས་ཀ་ལ་ཐུན་མོང་ཏུ་ཡོད་དེ། །ལྟ་དང་མི་འདི་དག་ཐམས་  
 ཅད་ནི། ཅི་རིགས་པར་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་མི་  
 གཡེ་བའི་ལས་དང་། བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་ཉོན་མོངས་ལ་སོགས་པའི་རྩ་གཞན་  
 གྱི་དབང་ཏུ་ལྟར་པས་ན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་བསྐལ་གྱིས་སྟུག་བསྐལ་བ་ཉིད་  
 དོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་བསྐལ་འཁོར་བ་ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་ཀྱང་། ལྟ་དང་མི་  
 ལ་རྣམ་པ་གསལ་བས་བསྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་སྟོང་རྗེས་སྟོན་པའི་རིམ་པ་ལ་  
 གསུལ་སྟེ། སྟོན་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྟོན་ཚུལ་དང་། ལྟང་  
 དང་སྤྱར་བཤ། །དང་པོ་ནི། གོང་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་  
 སྟུག་བསྐལ་གྱི་མེ་ཁུའི་སྤང་བས་ཤིན་ཏུ་གདུངས་པ་ཡིན་པར་བསྟན་ལ་རི་  
 ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་གི་སྟུག་བསྐལ་མི་སྟུག་པས་འདོར་བར་བྱ་བ་.....  
 ལྟར། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་ཡང་དེ་འདྲ་བར་མི་སྟུག་པར་  
 སེམས་ཤིང་། དེའི་རྩུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོང་བཅེ་བ། སྟུག་བསྐལ་





དང་བྲལ་བར་འདྲ་པའི་རྣམ་པ་ཁོན་སྒྲིམ་པར་བྱ་སྟེ། ཡང་དང་ཡང་དུ་  
འདྲིས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲིམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། རང་གི་བཤེས་ལ་  
སྒྲིམ་པ་དང་། བར་མ་ལ་སྒྲིམ་པ་དང་། དག་ལ་སྒྲིམ་པ་དང་། ཐམས་ཅད་  
ལ་སྒྲིམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐོག་མ་ཁོན་རང་གི་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་སྒྲིགས་ལ་  
བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་ན། སྔ་དུ་སྒྲིས་པའི་སྒྲིག་བསྐལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་  
ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་བལྟ་ཞིང་། དེ་ནས་སྒྲིག་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་འདྲ་  
པའི་རྣམ་པར་བསྒྲིམ་མོ། རེ་ཞེས་པ་ནི་བརྟེན་སྟེ། དང་པོ་ཞེས་པའོ། །  
གཉིས་པ་བར་མ་ལ་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི། མཛའ་བཤེས་ལ་བསྒྲིམས་པའི་རྩེས་དེ་  
ནས། སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་ཀྱང་། ད་ལྟའི་མཛའ་བཤེས་དང་། ཆེ་སྐྱམ་  
མཛའ་བཤེས་བྱས་པར་མཉམ་པས། བྱེ་བྲག་མེད་པར་བརྟེ་བའི་རྣམ་པས་  
བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པས། ཐོག་མ་མེད་པ་ཅན་གྱི་  
འཁོར་བ་ན། ལན་བརྒྱ་བྲག་དུ་མར་ཡང་བདག་གི་གཉེན་དུ་མ་ཐུར་པའི་  
སེམས་ཅན་གང་ཡང་མེད་དོ་སྟུམ་དུ་སེམས་པས་ཀྱང་ནས་བྲངས་ཏེ་ཉེ་.....  
རིང་མེད་པའི་ཕལ་པ་གཞན་ལ་ཡང་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་དག་ལ་  
སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ནི། གང་གི་ཆེ་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་སྒྲིགས་ལ་སྒྲིག་བསྐལ་དང་  
བྲལ་བར་འདྲ་པའི་སྟོང་རྩེ་འཇུག་པ་དང་འདྲ་བར། ཉེ་རིང་མེད་པའི་  
ཕལ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་གཉེན་དང་སྟོང་རྩེ་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་དེའི་ཆོ།  
འཇུག་ཐོགས་སུ་དགའི་སྒྲིགས་ལ་ཡང་གཉེན་དང་ཕལ་པ་དེ་བཞིན་དུ་དྲིན་  
ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་དུ་གཉེན་དང་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་...  
པས་སྟོང་རྩེ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ནི།  
གང་གི་ཆེ་མཛའ་བཤེས་ཀྱི་སྒྲིགས་ལ་སྟོང་རྩེ་འཇུག་པ་དང་འདྲ་བར་དག་...





ལ་ཡང་གཉེན་དང་མཉམ་པར་འཇུག་པའི་ཆེ། རིམ་གྱིས་སྤྱགས་བརྩའི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྟིང་རྩེ་ཆད་མེད་པ་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །  
 གཉེས་པ་སྟིང་རྩེ་གོམས་པའི་ཆད་བསྟན་པ་ནི། རི་ཅམ་གྱིས་སྟིང་རྩེ་བསྟོམ་  
 པ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་གི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྲ། ཉན་དྲག་  
 གོས་མི་བདེ་བ། དེ་མ་ཐག་དུ་ཉན་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་བཞིན་དུ།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྟུལ་གསུམ་ཅི་རིགས་པར་གཏན་མཐོང་  
 རྒྱས་བྱང་བར་འདོད་པའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་སྟིང་རྩེ་ཆེད་དུ་འབད་པ་ལ་མི་  
 སྟོས་པར་རང་གི་དང་གིས་འཇུག་པར་བདག་ཉིད་གྱིས་བདེ་སྤྱག་སྤྱང་ལེན་  
 བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ། སྟིང་རྩེ་བསྟོམ་པ་  
 ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་ཡིན་པས། དེས་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མིང་ཐོབ་སྟེ། དེ་ནས་  
 སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་གྲངས་སུ་འགོའོ། །ཕན་ཡོན་ནི། འཕགས་པ་སློ་གོས་མི་  
 ཟད་པའི་མདོ་ལས་བསྟགས་པ་བཞིན་ནོ། སྟིང་རྩེ་སྟོམ་པའི་རིམ་པ་བསྟན་  
 ཟེན་ནོ། །གསུམ་པ་ལུང་དང་སྒྱར་བ་ནི། འདི་ལྟར་སྟིང་རྩེ་སྟོམ་ཚུལ་གྱི་གོ་  
 རིམ་འདི་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཆོས་མཛོན་པའི་མདོ་ལས་བཀའ་  
 ལྟུང་ཏོ། །མདོ་འདི་བོད་དུ་མ་འགྱུར་བར་བཤད་དོ། སྟིང་རྩེ་བསྟན་ཟེན་ནོ།

སྟིང་རྩེས་འཕངས་པའི་སྟོན་འཇུག་གི་བྱང་ཆུབ་གྱི་

སེམས་གཉེས་བསྟན་པ།

གཉེས་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྟན་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེ་  
 བའི་ཚུལ། ཕན་ཡོན་གྱི་བྱང་པར། རབ་དུ་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། སོ་སོའི་མཚན་  
 ཉིད། ཆོགའི་བྱང་པར་རོ། །དང་པོ་ནི།





### གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བའི་ཚུ་པ་བསྟན་པ།

སྤྱིར་རྗེ་སྒྲིམ་ཚུ་ལ་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར། ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲིམས་ནས་གོམས་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིབས་སྒྲིམ་ནས། སྤྱིང་པའི་མཆོ་ལས་འགོ་བ་འདྲེན་པར་ཤོག །ཅེས་པའི་ཚུ་ལ་དུ།  
 སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་སྤྱིང་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་དྲང་བར་ཡིད་ཀྱིས་དམ་.....  
 བཅས་ན། སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་སྒྲིལ་བའི་ཐབས་ཆས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བར་རྟོགས་ནས། གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་ཆས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་དོན་དུ། སློན་མེད་པ་སྤངས་རྟོགས་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་ཕྱིན་པར་འདོད་པ་སྒྲོན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་.....  
 སྒྲིམ་མི་དགོས་པར་འབད་མེད་དུ་སྐྱེ་ཏེ། རྒྱ་ལུས་པ་ཐོགས་མེད་ཡོད་ན་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་ངེས་པའི་ཕྱིར། འདི་ལྟངས་ཤེས་ཏེ། འཕགས་པ་ཆོས་བརྩ་པའི་མདོ་ལས། སེམས་ཅན་འཁོར་བའི་གནས་ནས་འདྲེན་པའི་མགོན་མེད་པ། ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབས་མེད་པ། སྤྱིང་པའི་ལྷན་དང་བྲལ་བའི་གནས་ཀྱི་སྤྱིང་མེད་པ་དག་མཐོང་ནས། དེ་དག་འདྲེན་པའི་དོན་དུ། སློན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཐེག་ཆེན་གྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གཞན་གྱིས་སློན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བཤད་པའི་སྒྲིམ་ནས་.....  
 བསྐྱལ་ཏེ་སེམས་བསྐྱེད་ཡང་དག་པར་འཛིན་དུ་བརྩུག་པ་ལས་ཀྱང་བྱང་.....  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་དུ་མ་ཡོད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་མཐོང་བས་རྟེན་བྱས་ནས། སེམས་རྒྱུད་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོས་ཞོན་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་





གྲིས་བསྐྱལ་བ་ལ་མ་སྟོས་པར་བདག་ཉིད་གྲིས་བྱང་ཆུབ་རྒྱ་སེམས་བསྐྱེད་.....  
 པ་དེ་ནི་གཞན་གྲིས་བསྐྱལ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་ལས་ཁྱད་པར་ཤིན་རྒྱ་ཆེ་.....  
 བར་བཙམ་ལྡན་འདས་གྲིས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕུག་ཀྱའི་.....  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་ལས་བཀའ་སྩལ་རྟོ།།

### ཕན་ཡོན་གྱི་བྱང་པར་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་ཕན་ཡོན་གྱི་བྱང་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟོན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཕན་  
 ཡོན་དང་། འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་དང་། ཐུན་མོང་གི་ཕན་ཡོན་ནོ།།  
 དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། ལྷན་གིས་རྒྱས་པར་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི་སྟོན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཏེ། ཤོགས་སྐྱབ་པ་དང་མི་ལྡན་  
 ཡང་། འཁོར་བའི་ནང་ན་གནས་པ་ན། འབྲས་བུ་ཤིན་རྒྱ་ཆེ་བ་བཙམ་ལྡན་  
 འདས་གྲིས་བྱམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལས་དེ་སྐད་རྒྱ་བཀའ་སྩལ་རྟོ།། །  
 གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ཉན་རང་གི་དགེ་བ་ཟིལ་གྲིས་གཞོན་པའི་  
 ཡོན་ཉན་ནི། རིགས་ཀྱིས་བྱ་ཞེས་ཞོར་བཟང་ལ་བོས་ནས་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་རྩོུ་རིན་པོ་ཆེ་གས་ནས་ཆག་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་གཞན་ལས་བཟང་..  
 བས། གསེར་གྱི་རྒྱན་ཤིན་རྒྱ་ཡིད་རྒྱ་མོང་བ་བྱང་པར་འཕགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཟིལ་གྲིས་གཞོན་རྟོ། །ཆག་པར་ཐུར་ཀྱང་རྩོུ་རིན་པོ་ཆེ་འཛི་མིང་ཡང་  
 མི་འདོར་ཞིང་། རིན་པོ་ཆེ་འཛི་མཐུས་དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤོག་གོ། །  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་ཞོར་བཟང་ལ་བོས་ནས་དཔེ་དེ་བཞིན་རྒྱ་ཐམས་ཅད་.....  
 མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་བྱ་ཉིད་རྒྱ་དམིགས་ནས། སྟོན་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་རྒྱ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྩོུ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། སྟོན་སྟགས་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་པའི་  
 འཇུག་པའི་སྐྱབ་པ་དང་མི་ལྡན་ཡང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་





དགེ་བ་གསེར་གྱི་རྒྱན་དང་འདྲ་བ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་.....  
 ཀྱང་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏོ། །དེར་མ་ཟད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མིང་ཡང་མི་  
 འདོར་ཞིང་། འཁོར་བའི་དབུལ་བ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཐོངས་པ་ཡང་སྒྲིག་པར་  
 བྱེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །འབྲས་བུ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།  
 གལ་ཏེ་སྦྱབ་པའི་གྲོགས་གྱིས་མ་ཟིན་ན། བྱང་ཆུབ་དུ་སྒྲོན་པ་ཙམ་ལ་  
 འབྲས་བུ་ཁྱད་པར་ཅན་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། གང་སྦྱིན་སོགས་པ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པ་རྣམས་ལ་རེ་ཞིག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དེ་ཡོངས་སུ་རྒྱ་ཚུགས་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 སྦྱོད་པ་ལ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲོབ་པར་མི་རུས་པ་དེས་ཀྱང་འོག་ནས་.....  
 འབྱུང་བ་ལྟར། རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་། བསྐྱེད་པའི་ཐབས་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་  
 པར་སྒྲོན་པ་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། འབྲས་བུ་ཤིན་དུ་ཆེ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་ཆེ་བའི་ལུང་གི་ཁྱད་པར་འགོད་པ་ནི། འཕགས་པ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས་འདི་ལྟར་  
 བྱོད། སེམས་ཀྱི་འདུ་འཕྲོའི་བྱ་བ་མང་། སྦྱར་བའི་བྱེད་པ་མང་སྟེ། དེའི་  
 རྒྱས་སྦྱིན་སོགས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་.....  
 རྣམ་པ་ཏེ། བྱེད་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་དུས་དང་གནས་སྐབས་  
 ཐམས་ཅད་དུ། ཐོག་མར་སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་བསྐྱབས་ནས་  
 མཐར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་བར་ལ་རེ་ཞིག་སྒྲོབ་པར་མི་བཟོད་  
 ན། འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་ལྟར་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས།  
 གཞན་དོན་དུ་རྒྱ་ཚུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་ཐོབ་པར་འདུན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་དད་པ་དང་། དད་པ་ལྟར་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། བྱང་  
 ཆུབ་ཐོབ་པར་སྒྲོན་པ་འདི་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།





སྤྱད་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱའོ། ཁྱིམ་པ་ནི། འཕྲོ་ཡང་རུང་།  
 འགོང་ཡང་རུང་། འདུག་ཀྱང་རུང་། ཉལ་ཡང་རུང་། སང་ཀྱང་རུང་ཡིད་  
 ལ་བྱའོ་ཁྱིམ་པ་འོ། །བྱ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་བྱ་ཡང་རུང་། འཁྱུང་ཡང་  
 རུང་། རུས་ནི་རྟག་ཏུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་སྤྲུམ་མའི་གནས་སྐབས་ལྟར་དུན་  
 པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པ་འོ། །ཡིད་ལ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པ་ནི་ཡིད་མ་དུའོ། །སྒྲིམས་  
 ཤིག་ཅེས་པ་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུའོ། །ཐབས་གཉིས་ཀྱང་བྱིན་པར་བྱ་སྟེ།  
 རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཐབས་ནི། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་དགེ་བ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་བ་འོ། །  
 ཐེག་དམན་གྱི་དགེ་བ་ནི། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་གྱི་དགེ་བ་འོ། །སོ་  
 སོ་སྟེ་པོའི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ནི། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཡུལ་གཞན་རྒྱུད་  
 གྱིས་བསྟུས་པ་འོ། །རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྟུས་པའི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཡུལ་ནི།  
 བདག་གིས་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དགེ་བའི་ཚ་  
 བ་ཐམས་ཅད་དོ། །དེ་ལ་ཚུལ་ཁྱར་རྒྱུ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱེད་ཅེན། དགེ་  
 བ་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་ཏེ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་མཆོག་བཙུན་  
 མ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་པ་ནི་གདམས་པའི་  
 ཆོག་གོ། །དེས་སྟེལ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ནི། རང་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་  
 སུ་ཡི་རང་ནས་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་གང་ཟག་རང་སངས་རྒྱས་དང་། ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ལ་མཆོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་འབུལ་ལོ། །འདི་ནི་མཉེས་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟོར་ཁྱིམ་པའི་དོན་ནོ། །དེ་དག་ལ་སྤུལ་བ་སྟེ་  
 བསྟོས་ནས་ཀྱང་། བསྟོས་པའི་དགེ་བའི་ཚ་བ་རང་ཁོ་ནའི་དོན་མ་ཡིན་







པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཐུན་མིང་དུ་གྱིས་ཤིག །ཐུན་མིང་དུ་བྱེད་  
 ཚུལ་ནི། དགེ་བ་འཕགས་པ་བཞི་ལ་སྤུལ་བའི་རྗེས་དེ་ནས། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་དགེ་.....  
 བའི་ཚུ་བ་མི་བྱད་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། རྟོགས་ལ་སོགས་པ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཉེན་གཅིག་  
 བཞིན་དུ། དུས་གསུམ་དུ་སྤྲོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 དུ་མི་དམིགས་པའི་རྣམ་པས་ཡོངས་སུ་བསྟོན་ཤིག་ཅེས་གདམས་སོ། །སྟོན་  
 པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལས་འབྲས་བུ་གང་ཐོབ་པར་ངོས་བཟུང་བ་ནི། རྒྱལ་  
 པོ་ཁྱེད་སྟོན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ། གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ཞུགས་ལ་  
 རྒྱལ་པོ་གྱིས་ཤིག །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་གནས་སྐབས་རྒྱལ་  
 པོའི་སྲིད་ཀྱང་མི་ཉམས་སོ། །མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆོགས་  
 ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའམ། །འཁོར་བའི་བདེ་འབྲས་  
 རྒྱལ་པོའི་སྲིད་ཀྱང་མི་ཉམས་ལ་མཐར་ཐུག་གི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱ། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་རྒྱའི་ཆོགས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་.....  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་དེ་ལ་སོགས་པ་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བཤད་ནས། རྣམ་སྟོན་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ཡང་བཀའ་སྤུལ་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་སྟོན་གྱི་དུས་ནའང་ཡང་  
 དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་དགེ་བའི་ཚུ་བ་...  
 བསགས་པ་དེའི་རྣམ་པར་སྟོན་པས་ལན་དུ་མར་ལྟ་དང་མིར་སྟེས་པར་.....  
 ཟུར་རྟོ། །འདིར་རྣམ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་རྣམ་སྟོན་གྱི་མིང་གིས་  
 བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་དང་མིར་སྟེས་པ་དེའི་ཆོ། ལྟ་དང་མིར་སྟེས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་ནའང་། དབང་པོ་ཉེ་གཙོ་པོར་ཟུར་རྟོ་ཞེས་





བཀའ་སྒྲུབ་ཏེ། སྦྱོན་པའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་ཟིན་ཏེ། གཉིས་པ་འཇུག་པའི་  
ཕན་ཡོན་བསྟན་པ་ལ། སྐབ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པའི་འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། སྦྱོན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལས་  
ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བར་འགྲུབ་སྟེ། འཕགས་པ་དབལ་བྱིན་གྱིས་ཁུས་པའི་མདོ་  
ལས། འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་  
ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་བཟུང་སྟེ། གལ་ཏེ་བསོད་ནམས་དེ་ལ་གཟུགས་མཆིས་  
ན་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གང་སྟེ། བསོད་ནམས་དེ་ནི་སྦྱོན་པའི་  
བསོད་ནམས་དེ་བས་ལྟག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་  
པ་ཐུན་མོང་གི་ཕན་ཡོན་ནི། དེར་མ་ཟད་སྤོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་  
ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་བསྟན་པ་གསུངས་ཏེ། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་ལྷ་གཤེད་པོ་ལྟར། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ས་པོན་ལྟ་བུའོ་ཞེས་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །

### བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་སྟོན་པ།

གསུམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ནི་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་  
དམིགས་པའི་སེམས་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོ། །དེ་ཡང་རྣམ་པ་  
གཉིས་ཏེ། སྐབ་པ་ལ་ཁུགས་པའི་སེམས་དང་། དང་པོ་མ་ཁུགས་པའི་  
གནས་སྐབས་ཀྱི་སྦྱོན་པའི་སེམས་ཏེ་གཉིས་སོ། །དབྱེ་བ་འདི་གཉིས་ཀྱང་  
འཕགས་པ་སྤོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་སྟེ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གང་  
དག་སེམས་ཅན་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ན་སྤྲོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཐོག་མར་སེམས་ཀྱིས་སྦྱོན་པའི་སེམས་དེ་དང་དེ་དག་ནི་.....





དགོན་པས་ན་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ་ཞེས་པས་ནི། སྒྲིམ་པའི་སེམས་  
བཟུན་ཏོ། །སེམས་ཅན་གང་དག་སྒྲིམ་ནས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཐོག་མར་སྒྲིམ་པ་སྦྱོར་པ་ལྟར། སྦྱོར་པ་ལ་ཡང་དག་པར་  
ཞུགས་པ་དེ་དག་ནི། སྒྲིམ་པའི་སེམས་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་རྟེན་པར་  
དཀའོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །འདིས་ནི་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་བཟུན་ཏོ། །

### སེམས་བསྐྱེད་སྒྲིམ་པའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ།

བཞི་པ་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་ནི། སྒྲིམ་སེམས་ཀྱི་ངོ་པོ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་  
ཕན་པའི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱུ་ལྷ་ཡུལ་ཅིག་ཅེས་གང་ཐོག་མར་གཞན་དོན་……  
དུ་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་དེ་ནི་སྒྲིམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོ་ཞེས་  
བཤད་དོ། །ཆོག་ལ་མི་སྦྱོར་པར་གསལ་ཡོ། །འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་གང་ཞེ་  
ན། ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་སྦྱོར་པ་གང་ཕན་ཆད་ནས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་བཟུང་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཚྭ་གས་རྣམས་སྒྲོབ་པ་ལ་ཞུགས་  
པའི་གོགས་ཀྱིས་ཟིན་པ་ནི། སྦྱོར་པ་ལ་ཞུགས་པས་འཇུག་པའི་སེམས་སོ། །  
གང་དག་སྒྲིམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་དང་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་མི་འགལ་བར་  
འདོད་པ་ནི། གཞུང་འདི་དང་འགལ་བས་སོ། །

### སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་པའི་བྱད་བར་བཤད་པ།

ལྷ་པ་ཆོག་པའི་བྱད་པར་ནི། གང་དག་སྒྲིམ་པ་སྒྲངས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་  
ཞེས་བཤད་ན། སྒྲིམ་པ་ཡུལ་གང་ལ་འོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་སྒྲིམ་པ་ནི་པ་རྩ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་སྒྲིམ་པ་ལ་ཕྱལས་པར་……  
གཞན་ལ་འཛོགས་པའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་





ལ་གནས་པ་སྤྱིར་རྗེ་དང་ལྡན་པ་ལས་ནི་ད་དོ། །གལ་ཏེ་མཐུན་པའི་སྐྱོན་དེ་  
 དག་ཚང་བ་མེད་ན། རྒྱུ་ཐུབ་པ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དང་། འཇམ་དཔལ་  
 ལ་སོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་མཐུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཡིད་.....  
 གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པའི་ཚུལ་པ་བྱས་ལ། འཕགས་པ་འཇམ་  
 དཔལ་རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པ་ན། འཇམ་དཔལ་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གི་བཀོད་པ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། འཇམ་དཔལ་གྱིས་  
 བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །རྒྱ་གཉིས་  
 པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཟིན་ཏོ། །

**སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་དོན་མཐར་ཕྱིན་པའི་**

**དོན་དུ་བསྐྱབ་པ་བསྟན་པ།**

རྒྱ་གསུམ་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། བསྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་དགོས་པར་  
 བསྟན་པ་དང་། འཇུག་བྱ་བསྐྱབ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ། བསྐྱབས་པའི་  
 འབྲས་བུ་བསྟན་པའོ། །

**བསྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་དགོས་པ་བསྟན་པ།**

དང་པོ་ནི། གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱའོ་ཞེས་བསམས་པ་ཅམ་  
 གྱིས་བྱང་ཆུབ་མི་ཐོབ་པས། བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་འཇུག་དགོས་  
 པས་ན། སྐར་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མཚོག་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐོག་མར་བདག་མ་དུལ་ན། གདུལ་བྱ་གཞན་མི་ལུལ་  
 བར་ཤེས་ནས། ཐོག་མར་བདག་ཉིད་སྟོན་པའི་དོན་དུ་སྐྱོན་པ་དང་ཚུལ་  
 བྱིས་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ་རབ་དུ་སྦྱར་རོ། །དེ་  
 ཅིས་ཏེ་ཞེ་ན། རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྐྱབ་པ་མེད་པར་འབྲས་བུ་ལྷན་མེད་





པའི་བྱང་ཆུབ་མི་འཐོབ་པོ། །དེ་ཡང་ལུང་གིས་བསྟན་པ་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 འཕགས་པ་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་འབྲས་བུ་སླ་ན་མེད་པའི་.....  
 བྱང་ཆུབ་ནི། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱབ་པ་ལ་སྦྱིང་པོར་བྱེད་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐོབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། སྦྱིན་སོགས་ཀྱི་སྦྱབ་པ་  
 ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཁོ་ནས་ཐོབ་ཀྱི། གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཇི་ལྟར་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ཞེ་ན། སྦྱིན་སོགས་ཀྱི་སྦྱབ་པ་ལས་ལོག་པར་  
 སྦྱབ་པ་ལ་སྦྱིང་པོར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཐོབ་བྱ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ།  
 ད་སྦྱབ་པ་སྦྱིང་པོར་བྱ་དགོས་པ་མདོ་སྡུ་མས་བསྟན་དགོས་པར་མ་ཟད།  
 འཕགས་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཀྱལ་པོའི་མདོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། བྱང་  
 ཆུབ་དང་སྦྱབ་པ་གཉིས་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷག་ངེས་པ་དེ་བས་ན། སླ་ན་མེད་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་བསྦྱབ་པ་སྦྱིང་པོར་བྱའོ། །ཟླ་འོད་  
 གཞོན་ལུ་ཁྱོད་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཟླ་འོད་གཞོན་ལུ་  
 ཞེས་པོས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྦྱབ་པ་སྦྱིང་པོར་བྱེད་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་.....  
 ཏུས་སུ་ཐོབ་འདོད་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་འདིའི་གོང་ན་ཐོབ་བྱ་གཞན་མེད་  
 པས་སླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟེན་པར་དཀའ་བ་...  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་འོ། །

### འཇུག་བྱ་བསྐྱབ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ།

གཉིས་པ་འཇུག་བྱ་བསྐྱབ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ།  
 བསྐྱབ་བྱ་སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསྟན་པ་དང་། ཟུང་འཇུག་ལ་  
 བསྐྱབ་པར་གདམས་པའོ། །





### བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྒྱིར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ། དེ་ཡང་སྒྱིན་སྟགས་པ་རོལ་ཏུ་སྒྱིན་པ་བྱས་དང་། བྱམས་སྟགས་ཚད་མེད་པ་བཞི་དང་། ཟང་ཟིང་གིས་བསྟུང་པ་དང་། ཆོས་སྟོན་པའི་སྟོན་པར་སྒྲུབ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་ཡང་དེ་དང་མཐུན་པར་སྦྱོང་པ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་སྟགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་འཕགས་པ་སྟོ་གོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་དང་། ལག་བཟང་གིས་ཁྱུས་པ། དཀོན་མཆོག་སྒྱིན་ལ་སྟགས་པའི་མདོ་ལས་བསྐྱབ་བྱ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡང་འདི་ལྟར། གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཡན་ལག་འཇིག་རྟེན་གྱི་བཟོ་དང་། སྟགས་པ་སྒྲུན་དབྱང་དང་། གཞན་བསྟན་པ་ལ་འབྱུག་པའི་ཡན་ལག་སྒྲུབ་དང་ཚད་མ་དང་། རང་ལྷགས་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་སྟོང་གསུམ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་སྟེ། རིག་པའི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཟོ་ལ་སྟགས་པའི་བར་དག་ལ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བསམ་གཏན་ལ་སྟགས་པ་ནང་རིག་པ་ལ་སྒྲོབ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་སྟོས། གལ་ཏེ་མ་བསྐྱབས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དམ་ཞེ་ན། རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལ་བསྐྱབ་པ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་རྣམ་པར་ཏེ་བྱུག་ཁྲི་ཚར་བཅད་རྗེས་འཇིན་ལ་སྟགས་པ་ཐམས་ཅད་རི་ལྟར་བྱ་སྟེ། བྱར་མེད་པ་དེ་བས་ན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོབ་དགོས་སོ། །

### བསྐྱབ་བྱ་སྒྱིར་སྟེ་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐབས་ཤེས་ཡ་བྲལ་





དགག་པ་དང་། ཐབས་ཤེས་ངོས་བཟུང་བ་དང་། ཟུང་འཇུག་དགོས་པར་  
བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་དེ་ཡང་། མདོར་  
ན་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་འཁུར་ཤེས་རབ་འབའ་  
ཞིག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་མེད་ན་  
འཁོར་བའི་འཆིང་བ་ལས་མི་གྲོལ་བས་ཐབས་འབའ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །  
ཐབས་ཤེས་ཡ་བྲལ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་།  
འཕགས་པ་དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་སྦྱོན་སྟགས་ཀྱི་ཐབས་འབའ་ཞིག་  
གིས་འཁོར་བར་འཆིང་བ་དང་། ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་འབའ་  
ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དམན་པའི་མུང་འདས་སུ་འཆིང་བར་བྱེད་  
པའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་གང་གིས་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཞེ་ན། སྦྱོན་  
སྟགས་ཀྱི་ཐབས་དང་བཅས་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།  
སྦྱོན་སྟགས་དང་བཅས་པའི་ཐབས་ནི། སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱི་འཆིང་བ་ལས་  
ཐར་པའོ་ཞེས་བསྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། འཕགས་པ་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ་  
ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཐོབ་པའི་ལམ་ནི་མདོར་བསྟན་ན་འདི་གཉིས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་དག་ལ་ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་གི་ལམ་འདི་གཉིས་དང་ལྡན་ན།  
ལུ་རྟེན་སྒྲིམ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟེན་མདོར་པར་.....  
རྫོགས་པར་འཆང་བྱའོ། །འདི་གཉིས་ཞེས་གསུངས་ན། གཉིས་གང་ཞེ་ན།  
འདི་ལྟར་ཏེ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་པོ། ཞེས་སོ། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
གཉིས་གང་ཞེ་ན། གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་རྟེན་པ་མ་





གཏོགས་པ་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་པ་རྩལ་རྒྱ་སྤྱིན་པ་དང་...  
 པོ་ལྟ་བུ་དང་། གཏུལ་བྱ་ཡོངས་སུ་བསྟུ་བའི་ཐབས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་སོགས་  
 པ་སྤོང་བཅུད་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པའི་རྒྱ་དང་། གནས་སྐབས་ཡོངས་  
 སྤྱོད་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། གནས་སྐབས་སུ་གཡོག་འཁོར་ལུན་སྟུམ་  
 ཆོགས་པའི་རྒྱ་ནམ་མཁའ་མཛོད་ལ་སོགས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དང་། སྤྱུལ་པ་  
 དང་བསྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་མཐོ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་...  
 དགེ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་ཐབས་ཞེས་བྱའོ། །ཤེས་རབ་ནི། སྤྱིན་སོགས་  
 ཐབས་དེའི་རོ་བོ་ཉིད་འཁོར་གསུམ་རྒྱ་མི་དམིགས་པས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་.....  
 པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་དེས་ཡང་དག་པར་སྤྱིན་སོགས་དང་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་བྱེད་ནས།  
 ཉམས་ལེན་ཚུལ་ལ་སྐྱོངས་པའི་སྤྱིན་ཅི་ལོག་མེད་པས་སྤྱིན་སོགས་ཆོས་.....  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་ནས་བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན། མངོན་  
 པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྒྱ་བསྐྱབས་པས་.....  
 འདོད་ཡོན་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་། སྤྱེགས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་རྒྱ་ཟ་བ་དང་འདྲ་སྟེ།  
 དེས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཚུལ་དེ་སྐད་རྒྱ་མདོ་ལྟེ་  
 ཉིད་ལས་བཀའ་བསྟུལ་ཏེ། སྤྱིན་སོགས་ཐབས་ནི་གཏུལ་བྱ་བསྟུ་བ་ཤེས་  
 པའོ། །ཤེས་རབ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཡོངས་སུ་དབྱད་པ་ཤེས་པའོ། །  
 ཞེས་སོ། །འཕགས་པ་དད་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཐབས་  
 ཤེས་གཉིས་གསུངས་ཏེ། ཐབས་ལ་མཁས་པ་ནི། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་གང་ཡིན་.....







པའོ་ཞེས་པ་དང་། ཤེས་རབ་གང་ཞེ་ན། སློ་གང་ཚོས་ཐམས་ཅད་སོ་སོར་མ་  
 འདྲེས་པར་ནམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་མ་ཁས་པའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གསུམ་པ་  
 ཟུང་འཇུག་དགོས་པར་བསྟན་པ་ནི། ཇི་སྐད་བརྗོད་པའི་ཐབས་དང་ཤེས་  
 རབ་འདི་གཉིས་ལ་ནི། ལས་དང་པོ་པས་བསྐབ་དགོས་པར་མ་ཟད། རབ་  
 ཏུ་དགའ་བ་དང་། དྲི་མ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སར་རྒྱུད་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 གྱང་། རེས་འགའ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཏུས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་  
 གྱི། ས་བརྩའི་བར་ཏུ་རྟེན་དགོས་པས་སོ། །སློབ་དཔོན་ཏུ་ཤང་ལྟར། ཤེས་  
 རབ་འབའ་ཞིག་བརྟེན་པས་ནི་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ས་བརྩའི་  
 བར་ཏུ་ཤེས་རབ་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་པ་འདི་ལྟར། བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་དཔའི་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ལ་སོགས་པ་ས་བརྩའི་པོ་ཐམས་ཅད་.....  
 ལའང་། བྱེ་བྲག་མེད་པར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐམས་ཅད་ས་རེ་རེ་ལ་ཡང་  
 ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་དགོས་ཏེ། ས་བརྩའི་ཕྱང་ཏུ་བཀོད་ནས་གསུངས་ཏེ། རེ་རེ་ལ་  
 གཙུ་པོར་སྦྱོད་མི་སྦྱོད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡོད་ཀྱི་ལྷག་མ་ནམས་ཀྱང་ཀྱན་ཏུ་མི་སྦྱོད་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ས་བརྩའི་མདོ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་། །ཐབས་ཤེས་  
 རབ་ཟུང་ཏུ་འཇུག་པ་ལ་སྐབ་དགོས་པ་བསྟན་ཟིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཐབས་  
 སྦྱང་བ་ལྟང་གིས་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱས་པ་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྟུ་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ས་བརྩའི་ཕྱང་དང་འགལ་བ་དང་། མདོ་  
 གཞན་དང་ཡང་འགལ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། འགལ་བ་  
 བཀོད་པ་དང་། གང་དང་འགལ་བའི་ཕྱང་བྱང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཐབས་  
 མི་དགོས་པར་ཤེས་རབ་འབའ་ཞིག་གིས་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་སྨྲ་ན། ས་  
 བརྩའི་པོ་ཕྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འབད་ཚུལ་གྱི་མཚན་མ་མེད་པར་སྦྱོས་





ཕ་ཞི་བར་གནས་པའི་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འབྱུག་པ་ལ་གནས་པ་ལ།  
 སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འགོག་པ་ལ་བསྐྱང་དགོས་པར་བཤད་  
 ཕ་དང་ཡང་མི་འགལ་ཏེ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། འདི་ལྟར་ས་བརྩུ་པ་དེ་  
 ལས་གསུངས་པ་ནི། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མི་  
 གཡོ་བའི་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྱེད་སྟོན་ལས་རྒྱ་ཆེར་  
 འབྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་བར་ཏེ། ལྷང་གི་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། གྱེ་ཞེས་པ་ནི་  
 བོད་པ་འོ། །སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་  
 ཉམས་སྤྱོད་སྤངས་པས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱལ་ཆོབ་བྱེད་ལྟས་པར་སྦྱོས་པས་ན་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྟོ། །དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྱེད་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་མི་  
 གཡོ་བའི་ས་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྱེད་པ་མན་  
 ཆད་གྱི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོན་ཏེ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ལྟས་པ་དང་། སྦྱིང་  
 རྒྱུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་བསྐྱུལ་བའི་སྟོན་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཆོགས་ལ་བསྐྱུལ་པ་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ། ས་བརྒྱད་པ་དེ་  
 ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྱེད་ལ་སྤྱོད་སྟོན་ཏེ་སངས་རྒྱུ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་བྱོན་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉེ་  
 བར་སྦྱབ་པའི་དོན་དུ་ཐབས་མང་སྟོ་སྦྱབ་པར་མཛད་དགོས་པར་བརྟན་ཏེ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྱེད་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་ཀྱང་བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། །ཞེས་པ་  
 བོ་འག་ནས་འབྱུང་བའི་མདོ་འདི་དག་གོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་  
 ཞེས་བོས་ནས། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་ཞེས་གཉིས་སྟོན་པ་ནི། སྤྱར་ཡང་ས་  
 བརྩུ་པ་མན་ཆད་དུ་ཐབས་བསྟན་པ་དང་། འགོག་པ་ལ་བསྐྱང་ནས་  
 ཐབས་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྟོབ་





པ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་.....  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་ལས་ཏེ། དེའི་ཆེད་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་བཟོད་པ་སྟེ། དོན་  
 དམ་པ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའང་ཡིན་ན། འོན་ཀྱང་གང་དེད་ཀྱི་སྟོབས་བཅུ་དང་།  
 མི་འཇིགས་པ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་ད་.....  
 དུང་བྱུང་ལ་མེད་ཀྱིས་ཏེ། མེད་པས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་  
 པ་དེ་ཡོངས་སུ་བཅའ་བའི་ཕྱིར་དུ། ད་དུང་བཙུག་འགྲུས་ཆེན་པོ་བཙུགས་  
 ཤིག། རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བཟོད་པའི་སྟོང་འདི་ཉིད་ཀྱང་མཐར་མ་ཐུག་  
 པས་མཐར་ཐུག་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་དེའི་རྒྱུ་སྟུམ་པའང་མ་དོར་ཅིག་.....  
 ཅས་གདམས་པར་མཛད་དོ། །དེ་འབའ་ཞིག་ལྟར་ལེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 ཞེས་སྟོན་པ་ནི། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱུང་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཞི་བར་གནས་པའི་  
 ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ཐོབ་ཀྱང་། གཞན་གྱི་དོན་མ་  
 བྱས་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་མི་རྟོགས་པས། གཞུགས་ཀྱི་སྦྱོ་མི་འཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཡང་  
 དག་པའི་དོན་མ་མཐོང་བས་ན་བྱིས་པ། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟེ་གནས་སོ་  
 སོར་སྟེ་བ་ལེན་པས་ན་སོ་སོའི་སྟེ་བོ་སྟེ། སེམས་རྒྱུད་མ་ཞི་བ་དང་། འཆིང་  
 བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་རྒྱུད་ལ་ཀྱན་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་.....  
 དང་། ལྟ་བའི་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་བྱང་རྒྱུ་དང་གཉིས་པོའི་བར་དུ་  
 གཡེན་སྦྱར་བ་འདི་དག་ལ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་སེམས་ཤིག །  
 ཡང་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱུང་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོལ་བར་གྱུར་ཅིག །  
 ཅས་པའི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་སྦྱར་བས་ཞུགས་  
 པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་ཞེས་པའོ། །འོ་ན་རྗེས་ཐོབ་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་



འབའ་ཞིག་བྱའོ། །རང་དོན་སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་སྤྲོམ་མཁ་  
 སྤྲོམ་ན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིལ་གཤེད་སྒྲིལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་སྤང་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 དོན་སྤང་རྟོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་མི་བརྗེད་པར་དུ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་.....  
 བསྟོའོ། །བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་དོན་གསུངས་པ་ནི། ཡང་རིགས་ཀྱི་བྱ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་དོན་འདི་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དོ། །དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱུང་ཡང་རུང་། འཇིག་རྟེན་དུ་མ་  
 བྱུང་ཡང་རུང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱུང་མ་བྱུང་  
 གི་བྱེ་བྲག་གིས་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། དང་པོ་ནས་འཕེལ་འགྲིབ་  
 མེད་པར་གནས་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལྟར་གཟུགས་སོགས་སྤང་པའི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་གིས་སྤང་པ་ཉིད་དང་། ལྷ་  
 རང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་བདེན་པར་དམིགས་སུ་མེད་པའོ། །  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲོམ་པའི་མི་རྟོག་པ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་...  
 རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ཉི་ཆེ་རབ་དུ་དབྱེ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཉན་ཐོས་དང་  
 རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གང་དུ་བདག་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་...  
 ཆོས་ཉིད་འདི་རྟོགས་པས་འཛོལ་བོ། །བསོད་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱི་འབྲས་སུ་  
 བྱི་ཡང་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེད་ཀྱི་ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྤྲོ་ཆད་མེད་པ་ལ་སྟོས་ཏེ་.....  
 བསྐྱེད་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་འབྲས་སུ་ཡེ་ཤེས་  
 ཆད་མེད་པ་དང་། ཆོགས་གཉིས་ཀའི་འབྲས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲོད་བཅུད་  
 ཀྱི་ཞིང་ཆད་མེད་པ་ཡང་སྟོས་ནས་བསྐྱེད་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། ཇི་ལྟ་བ་  
 མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཛོན་པར་སྦྱབ་པའི་རྒྱ་ཆད་མེད་པ་བསྐྱེད་ཅིག་ཅེས་...  
 པ་དང་། གཟུགས་སྤྲིའི་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆད་མེད་པ་ལ་སྟོས་



ནས་བསྐྱེད་ཅིག །གསུང་གི་ཡོན་ཏན་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམ་པར་དག་  
 པ་དུག་ཅུ་ཚད་མེད་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ། ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་འདི་བཞིན་དུ། ཡོན་ཏན་འདི་དག་  
 མངོན་པར་སྐྱབ་པའི་ཐབས་བསྐྱེད་ཅིག །རིགས་ཀྱི་སྤྱ་གང་ཁྱོད་ཀྱིས་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པར་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲང་བ་འདི་ནི། བདག་མེད་ཀྱི་དོན་སྤང་བའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དོན་གཅིག་སྤྱར་ཟད་དོ། །ཡོན་ཏན་དུ་མ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་སྤྱ་  
 གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རིགས་ཀྱི་སྤྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 རྣམས་ལ་ནི་རི་ལྷ་རི་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་མཐའ་དག་སྤང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲང་བ་  
 འདི་འདྲ་བ་གངས་དང་ཚད་ཀྱིས་བཟུང་དུ་མེད་པས་མཐའ་ཡས་པར་གྱུར་  
 ཏེ། གཞན་དོན་ཀྱི་མཛད་པ་ཡང་མཐའ་དང་དཔུས་མེད་པས་མཐའ་  
 བཟུང་དུ་མེད་པས་མཐའ་ཡས་ཤིང་། རང་དོན་རྟོགས་པ་དང་གཞན་དོན་  
 སྤོང་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡང་མཐའ་ཡས་པར་གྱུར་ཏེ། ཡེ་ཤེས་  
 དང་མཛད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་གང་དག །དག་གི་གངས་དང་  
 ཡིད་ཀྱིས་བགང་བ་དང་། ཚད་དང་དཔེ་དང་ཟླ་ཡང་མེད་པ་དེ་དག་ཐོབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱང་འཇུག་གི་མངོན་པར་སྐྱབ་པ་  
 བསྐྱེད་ཅིག་རིགས་ཀྱི་སྤྱ་དེ་ཞིག་དག་པར་བྱ་བའི་ཚུགས་བརྩའི་ཞིང་ཚད་  
 མེད་པ་དང་། བརྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཚད་མེད་པ་དང་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 གཏུལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་ཆོས་རྣམ་པར་བྱེ་བ་ཚད་མེད་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་རི་ལྷ་བ་  
 བཞིན་དུ་ཐོབ་བྱ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །གཏུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་ནི་འདི་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡིད་ཀྱིས་བགང་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྐུལ་





ཏོ། ། གྲེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་སྤར་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ། འོད་དཔག་མེད་ལ་སོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུ་པ་ཅོམ་ལྟན་འདས་དེ་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་པར་སྤྱབ་  
 པའི་སྣོ་ཆད་མེད་པ་ཉེ་བར་སྤྱབ་པར་མཛད་དོ་ཞེས་སྤྱར་རོ། ། ཡང་སངས་  
 རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་དེ་དག་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱུ་གང་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རྣམ་པར་སྤྱེ་བ་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཡེ་  
 ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་མངོན་པར་སྤྱབ་པའི་ལས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་བརྟུ་  
 ཆར་མངོན་པར་སྤྱབ་པ་དག་ལ་བསྐྱལ་ནས་ཉེ་བར་སྤྱབ་པར་མཛད་དོ། །  
 གྲེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་བྱུང་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་མོས་པར་བྱའོ། ། སངས་  
 རྒྱུ་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱུང་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། ། གཤམ་ཏེ་སངས་རྒྱུ་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་གཞན་དོན་གྱི་བྱ་བ་ལ་བསྐྱལ་བར་མ་མཛད་ན་  
 ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། གཤམ་ཏེ་འོད་དཔག་མེད་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་  
 བཅོམ་ལྟན་འདས་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 ཆོགས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་ཐབས་གཞན་དོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་མངོན་པར་སྤྱབ་པའི་སྣོ་དག་ལ་བཞུགས་པ་མ་མཛད་དུ་བྱིན་ཀྱང་དེ་  
 ལྟར་ན་བྱང་སེམས་དེ་ནི་གནས་སྐབས་དེ་ནི་དུ་གཞན་དོན་མེད་པར་མཛད་  
 ཡོངས་སུ་བྱ་བ་ལས་འདའ་བར་འཕྱར་ཏེ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་ཡང་  
 རྒྱུ་ཆད་པར་འཕྱར་རོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་རོ། ། གཤམ་པ་མདོ་གཞན་  
 དང་འགལ་བར་བསྟན་པ་ནི། འཕགས་པ་བྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པས་  
 བསྟན་པའི་མདོ་དང་། འཕགས་པ་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་གོང་  
 དུ་སྤྲོས་པ་ཡང་ས་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྱེལ་དུ་མཛད་





སྒྲུབ་དགོས་པར་བཤད་པ་ཡིན་པས་དེ་དང་ཡང་ཁྱོད་ཐབས་མི་འདོད་པ་...  
 འགལ་ལོ། །འབགས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་བསྐྱབ་པ་ལས་  
 བཀའ་སྒྲུལ་པ་དེ་དང་ཡང་ཁྱོད་ཐབས་མི་དགོས་པར་འདོད་པར་འགལ་ལོ།  
 མདོ་དེར་ནི་འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་སྐད་བཀའ་སྒྲུལ་རྟེ། འཇམ་དཔལ་  
 དམ་པའི་ཆོས་སྤྱང་བའི་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ནི་རྒྱུད་ལ་བྱུང་བ་རྟོགས་པར་.....  
 དཀའ་བས་ཕྱའོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཤེར་ཕྱིན་མ་རྟོགས་པ་གཞན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་གཞན་ལུ་པོ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་དེ་སྤྱང་ན་ཡང་དམ་པའི་  
 ཆོས་སྤྱང་བའི་ལས་སུ་འབྱུར་རོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འཇམ་དཔལ་གང་ཟག་  
 གང་ལ་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པའི་བཀའ་ལ་ལ་དོན་དམ་པ་  
 སྟོན་པ་ནི་བཟང་བར་འདུ་ཤེས། ཀྱན་རྫོབ་སྟོན་པའི་མདོ་ལ་ལ་ནི་ངན་  
 པར་འདུ་ཤེས་པ་དེ་ནི་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱང་བའོ། །དམ་པའི་ཆོས་སྤྱང་བ་ལ་  
 ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། གང་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱང་བའི་གང་ཟག་དེས། དམ་  
 པའི་ཆོས་སྤངས་པས་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་ལ་མི་བདེན་...  
 ཞེས་བསྐྱར་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྒྱས་པར་བཀའ་སྒྲུལ་རྟེ། ཤེས་རབ་  
 ལ་བརྟེན་དགོས་པར་མ་ཟད། ཐབས་ལ་ཡང་གདོན་མི་བཟང་བར་བརྟེན་  
 དགོས་པ་མདོ་དེ་ལས་ཡང་བཀའ་སྒྲུལ་བ་ནི་བདུད་བཞི་ལ་སོགས་པ་པམ་...  
 པར་མཛད་ཅིང་རྒྱུ་ལ་རྩི་བར་མི་རྣམས་པས་ན། མ་པམ་པ་ཞེས་བྱམས་པ་  
 ལ་པོས་ནས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་ཕྱིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་འདི་ནི་སྤྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཆེད་ཏུ་སྐྱབ་...  
 པ་ཡིན་ན། པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱུག་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་ཡང་མི་སྤྲ་ན་པོ་དེ་དག་  
 སྟོལ་བའི་ཆོག་འདི་སྐད་ཏུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་



ཕྱིན་པ་ཁོན་ལ་བསྐབ་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལྷག་མ་གཞན་རྣམས་སྦྱར་བ་ལ་སྟུན་འབྱེན་ཏོ། །འཕགས་  
 པ་མ་ཕམ་པ་འདི་རིམ་མ་དུ་སེམས། ཀ་ཤི་ཀའི་རྒྱལ་པོ་པ་རྒྱར་གྱུར་པ་གང་  
 ཡིན་པས་འདི་ལྟར་བེ་ཤ་ཀམ་ཐུག་རོན་དུ་གྱུར་པ་བསྐབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་  
 བརྒྱ་ཕྱིན་བདག་གི་ཤ་ཁྲ་ལ་ཕྱིན་པ་དེ་ཤེས་རབ་འཆལ་བ་ཅན་ཡིན་ནམ།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ། འཕགས་པ་བྱམས་པས་གསོལ་པ། བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ནི། ཕྱིན་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་རྫོགས་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་འཆལ་བ་མ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
 བཀའ་སྤྲུལ་པ། བྱམས་པ་ང་སྟོན་སྟོན་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྦྱང་པ་ཕྱིན་དུག་ལ་སྦྱང་པ་ན། ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་  
 དུ་ཕྱིན་པ་དུག་དང་ལྷན་པའི་དགེ་བའི་ཙུ་བ་གང་དག་བསགས་པའི་དགེ་  
 བའི་ཙུ་བ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ལ་གནོད་པར་གྱུར་ཏམ། བྱམས་  
 པས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་གསོལ་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཐུན་པའི་ཁྱེན་.....  
 ཡིན་པས་གནོད་པ་མ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ།  
 བདུད་བཞིས་མ་ཕམ་པ་བྱམས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བར་བསྐལ་བརྒྱད་རུ་ལ་.....  
 བསྐལ་ཆེན་གཅིག་དུ་བགྱངས་པའི་བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་དུག་ཅུར་ཕྱིན་པའི་པ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡང་དག་པར་བསྐབས། བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་དུག་ཅུར་ཚུལ་  
 བྱིས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡང་དག་པར་བསྐབས་པ་དང་། དང་གི་སྤྱིས་  
 བཟོད་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་དང་བསམ་གཏན་གསུམ་སྤུང་དོ། །བསྐལ་པ་  
 ཆེན་པོ་དུག་ཅུར་ཕྱིན་པ་ནས་བཟུང་ཉེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་  
 བར་དུ་གྱུས་པར་སྦྱོར་བ་དང་། རྟག་པར་སྦྱོར་བའི་བཙོན་འགྲུས་གཉིས་





གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་ན། སྤྱི་སྐྱེས་བསྐྱབས་པ་དེ་ལ་མི་སྤྱན་པོ་དེ་  
 དག་འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་སྐད་དུ། ཚུལ་གཅིག་ཁོ་ནས་སྤྱན་མེད་པའི་  
 བྱང་ཚུབ་འཛོལ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཏེ། སྤྱང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
 ཕྱིན་པའི་ཚུལ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་རྒྱས་པར་འབྱུང་ངོ་།  
 འདི་ནི་ཐབས་སྤྱང་བ་ལ་ལྷང་འདི་དག་དང་ཡང་འགལ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་  
 མོ། །གཉིས་པ་དོན་བསྐྱབ་ནི། སྤྱན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པ་ལ་ཐབས་  
 ཤེས་རབ་གཉིས་ཀ་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་གཉིས་པ་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་དུས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔས་བརྟེན་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་མོ། །  
 གསུམ་པ་ཐབས་ལ་ལྟོས་པར་བསྐྱན་པ་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། རང་གི་བཞེད་པ་  
 ལྷང་གིས་བསྐྱན་པ། གཞན་གྱི་གཞོད་པ་སྤང་བ། སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས། སྤྱབ་བྱེད་མཐའ་གཉིས་  
 སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་དུ་བསྐྱན་པ། སྤྱི་གཉིས་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་  
 བསྐྱན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐབས་ཤེས་རབ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཅི་ཡོད་ཅི་ན། མོང་དུ་བསྐྱན་པ་དེ་ལྟར་ཐབས་ཤེས་རབ་གཉིས་ལ་བསྐྱབས་  
 བ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་མི་གནས་པའི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཡང་  
 གྲུབ་པོ། །གྲུབ་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྐྱེས་པའི་  
 ཐབས་ཀྱིས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱི་གཉིས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སྤྱོད་བརྟུང་གྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། གཡོག་འཁོར་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་  
 པ་དང་། ཚེ་རིང་བ་ལ་སྐྱེས་པ་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ལ་སྐྱེས་པ་འབྲས་  
 དུ་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཐུང་ན་ལས་  
 འདས་པའི་མཐའ་ལ་ཡང་མི་གནས་ལ། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་





བ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། བདག་ཏུ་ཆོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་མཐའ་དག་སྤངས་པས་འཁོར་བའི་མཐའ་ལ་ཡང་མི་གནས་ཏེ།  
 འཁོར་བའི་རྩ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བདག་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་  
 བ་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་ཏུ་བསྟན་པ་ནི། སྤང་ཉིད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་དང་། སྤང་རྗེ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། སྤྱོད་སོགས་  
 ཐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་འཇུག་གི་ལམ་འདིས་སྦྱོ་འདོགས་པ་དང་.....  
 བསྐྱར་བའི་མཐའ་གཉིས་རྣམ་པར་སྤངས་ནས་དབུ་མའི་ལམ་བསྟན་ཏེ།  
 འདི་གཉིས་ཀྱིས་རྗེ་ལྟར་མཐའ་གཉིས་སྤངས་ཞེ་ན། སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པས།  
 བདེན་པར་སྦྱོ་འདོགས་པའི་མཐའ་སྤྱང་ལ། ཐབས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆ་  
 ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། རྒྱ་འབྲས་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་མཐའ་  
 སྤྱང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་རབ་ཏུ་མ་བཟང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་  
 ཀྱང་དགོས་པ་དེ་བས་ན་འཕགས་པ་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་.....  
 ལས་ཀྱང་ཐབས་དགོས་པར་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་  
 པོའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ། རྒྱ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་  
 མངོན་པར་དགའ་བ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ། ཤེས་  
 རབ་ཅུམ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །  
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡང་བཀའ་སྤྲུལ་པ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ནི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱང་ཏུ་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད་པར་.....  
 བྱ་བ་སྟེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཐབས་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་  
 ཏན་བསྟན་པ་ནི། རྒྱ་གཞན་གྱི་དྲིང་ལ་རག་མ་ལུས་པར་ལྷན་མེད་པའི་





བྱང་སེམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས། །ཐབས་གཙུག་པོ་ཐོག་  
མཐའ་བར་གསལ་དུ་བརྟེན་དགོས་པར་བསྟན་པ་ནི། རྣམ་པར་རྣང་  
མཛད་བྱང་ཚུབ་པའི་རྒྱུ་ལས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ནི། ཡལ་འདབ་རྒྱས་པའི་སྤང་པོའི་ཅ་བ་ལྟར། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་ཅ་བ་  
ལས་བྱུང་བ་ཡིན། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། མཐའ་མར་  
ཡང་ཐབས་ཀྱི་མཐར་ཐིམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །  
གཉིས་པ་གཞན་ཀྱི་གནོད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་ཐབས་ཀྱང་རྩོམ་ཀྱི་ཆ་  
ཡང་གདོན་མི་བར་བསྟེན་དགོས་ན། མདོ་ལས་གང་ཆོས་རྒྱལ་ཐིམ་  
པའི་གཟིངས་དང་འདྲ་བར་ཤེས་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་དགེ་བ་་་་  
ཉིད་ཀྱང་སྤང་བར་བྱ་ན། ཆོས་མ་ཡིན་པ་མི་དགེ་བ་སྤང་བ་ལྟ་ཅི་སྤྱོས་ཏེ།  
ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ལུང་དེ་ཡང་དགེ་བ་ལ་ཐིམ་ཅི་ལྷག་  
ཏུ་བདེན་པར་མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར། དགེ་བ་ལ་བདེན་འཛིན་  
སྤྱང་བ་དེ་ལ་དགོངས་ཏེ། སྤང་ངོ་ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་གྱི། མདོན་པར་མཐོ་བ་  
དང་ངེས་པར་ལེགས་པའི་དགོས་པ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་མཁའས་པ་དག་གིས་་་་  
མི་བསྟེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་འདི་སྤང་དུ་  
གསུངས་ཏེ། ཆོས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་མོད་ཀྱི། ལྷག་པར་མི་བབྱུང་ངོ་ཞེས་  
འབྱུང་བའི་དོན་སྤྱང་པ་ཉིད་དུ་བབྱུང་གི། ཀྱང་རྩོམ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་མི་བབྱུང་  
ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས། ཀྱང་རྩོམ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེ་ན། ལྷག་  
པར་མི་བབྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ལམ་  
ལྷག་པར་བབྱུང་བར་མི་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །ཐབས་ཀྱི་ཆ་མི་བབྱུང་བའི་དོན་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་སྐྱེན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་འཁོར་བའི་བདེ་







བསྟན་ཟིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཤེས་རབ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཚམས་སྤྱར་  
 བ་དང་། དངོས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གོང་དུ་ཐབས་ཀྱི་  
 བསྐྱགས་པ་གཙུག་པོར་བསྟན་པ་ན། ཐབས་ཁོན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་  
 ཤེས་རབ་མི་དགོས་སོ་སྒྲུམ་ན། ཤེས་རབ་གདོན་མི་བར་དགོས་ཏེ།  
 ཐབས་ཤེས་རབ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཉིད་.....  
 ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པའི་བྱེད་པས་ཕྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་པོ་ལྷན་ཀྱང་པ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མིང་མི་འཐོབ་སྟེ། ཤར་ཕྱིན་གྱིས་ཟིན་པ་ལས་གཞན་དུ་  
 ར་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མིང་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་ན་  
 པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མིང་མི་ཐོབ་པ་དེ་བས་ན། ཕྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་པོ་ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། མཉམ་པར་བཞག་  
 པ་ཞི་གནས་ལ་གནས་ནས་ལྷག་མཐོང་གི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་...  
 དུ། ཞེས་ཏེ་དང་པོར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ་དངོས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་འཇུག་  
 པ་ཕྱིར་བརྗོད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་དུ་བསམ་བྱུང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་དང་།  
 སྒྲིམ་བྱུང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་།  
 སྒྲིམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ལ། ཐོག་མར་རེ་ཞིག་  
 ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཐོས་  
 བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་བཟུང་བར། བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དོན་ལ་  
 སྒྲོ་འདོགས་གཙུག་པོར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱེ་བྲག་སྤྱོད་པས་ལུང་གི་ཆོག་  
 འཛིན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། རེས་འགའ་ཆོག་  
 འཛིན་རེས་འགའ་དོན་འཛིན་པ་ལ་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། དོན་





འབའ་ཞིག་ལ་དམིགས་པ་སྒྲུབ་ཕྱང་གི་ཤེས་རབ་རྒྱ་བཞེད་དོ། །མཛོད་ལས།  
 ཐོས་སོགས་ལས་ཕྱང་ཤེས་རབ་ནི། མིང་དང་གཉིས་ཀ་དོན་ལྟལ་ཅན། །  
 ཞེས་སོ། །སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས། འོ་ན་ཆོག་ལ་དམིགས་པའི་ཆེ་  
 ཐོས་ཕྱང་དང་། དོན་ལ་དམིགས་པའི་ཆེ་སྒྲུབ་ཕྱང་རྒྱ་འགྱུར་བས། བར་རྒྱ་  
 བསམ་ཕྱང་མི་རྟེན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སུན་འབྱེན་པར་མཛོད་  
 དོ། །སྒྲོབ་དཔོན་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་ཐོས་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་དང་པོར་ལུང་གི་དོན་ཅམ་འཛིན་པ་ལ་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་པོ། །  
 ལུང་གི་དོན་རིགས་པས་བསམས་པ་ལས་ཕྱང་བ་བསམ་ཕྱང་གི་ཤེས་རབ་...  
 དང་། རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕམ་པའི་དོན་རྟོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་  
 ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་ལས་ཕྱང་བ་བསྒྲུབས་ཕྱང་གི་ཤེས་རབ་པོ་ཞེས་འཆད་...  
 དོ། །ཐོས་ཕྱང་གི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེས། རེ་ཞིག་ལུང་ཐོས་པ་  
 ལས་ལུང་གི་བཛོད་བྱའི་དོན་ཀུན་རྒྱ་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །ལུང་གི་དོན་  
 ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་རྗེས་ཐོགས་དེ་ནས། ལུང་གི་དོན་བསམ་པ་ལས་ཕྱང་  
 བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ངེས་པའི་དོན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། གྲུང་བའི་དོན་ཆོས་  
 ཅན་སོ་སོ་བ་རྣམས་རྣམ་པར་འབྱེད་དོ། །རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་རྗེས་དེ་  
 ནས་བསམ་ཕྱང་གི་ཤེས་རབ་དེས་ཆོས་ཅན་དང་། ཆོས་ཉིད་བྱེད་བྲག་སོ་  
 སོར་བྱེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཆོས་ཅན་སྤང་བཞིན་པའི་  
 གནས་ཚུལ་ཡང་དག་པར་སྟོང་པ་ཉིད་ཁོ་ནའི་དོན་བསྒྲུབ་པར་བྱའི། ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཅན་ཀུན་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་ཆ་དེ་ནི། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 སྟོའི་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བྱ་མ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་  
 ཀྱིས་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་བའི་དོན་ལ་རིགས་པས་བརྟག་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པའི་...





སྒྲིམ་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྲིམ་པ་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་དུ་ཟེན་ན། གནས་ཚུལ་ལས་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་དུ་ཐ་མའི་སྒྲིམ་མཆོད་མར་བཟུང་བའི་དོན་བསྒྲིམས་ཤིང་། གནས་  
ཚུལ་མ་རྟོགས་པས་ན་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཡང་མ་བསལ་བས་.....  
ཡང་དག་པའི་དོན་ཚུ་ཟླ་ལྟར་སྤང་ཅམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་། གནས་ཚུལ་ལ་ཟླ་  
བའི་རང་གི་ངོ་བོས་སྒྲིམ་པ་ལྟར། ཆོས་ཅན་སྤང་ཆོད་པ་རྣམས་སྤང་བཞིན་  
པའི་དུས་ན་སྤང་བ་ལྟར་གནས་ཚུལ་ལ་གྲུབ་པའི་དོན་གྱིས་སྒྲིམ་པ་ཡང་.....  
དག་པའི་དོན་རིགས་པས་རྟེན་ནས། ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་  
པའི་མཐུ་ལས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ།  
མི་འབྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་.....  
བའི་དོན་དུ་སྒྲིམ་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བས། ལྷ་སྟེགས་ཅན་གྱིས་  
བསྒྲིམས་པ་དང་འདྲོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཀྲུལ་པོ་  
ལས་ཀྱང་རིགས་པས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པའི་དོན་བསྒྲིམ་.....  
པར་བཀའ་སྩལ་རྟོ། །གལ་ཏེ་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཁྱུངས་སུ་སྒྲིམ་སོ། །  
དེའི་དོན་ནི། གལ་ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ལ། བདག་སྟེ་སྤང་  
ཅམ་ཉིད་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་མེད་པར་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་སོ་སོར་རེ་རེ་.....  
ནས་དགར་ནས་སྒྲིམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་སོ། །ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་སོ་སོར་དེ་  
དག་གི་ངོ་བོ་བརྟགས་ནས་བདག་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་གལ་ཏེ་ཉིང་རེ་...  
འཛིན་གྱིས་སྒྲིམ་པར་བྱེད་ན་ནི་ཡང་དག་པའི་དོན་སྒྲིམ་པ་དེ་ཉིད་ལྟ་བུ་དུ་  
ལས་འདས་པ་སྒྲིམ་པ་ཉི་བར་ཞི་བ་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུའི་རྒྱུ། །ལྟ་བུ་གྱི་  
རྟེན་བྱེད་པས་ན་ལྟ་བུ་ཉི་ཉོན་མོངས་པའོ། །དེ་ལས་འདས་པས་ན་ལྟ་  
བུ་ལས་འདས་པའོ། །ཡང་ན་ལྟ་བུ་དུ་རྟེན་ནི། རྟེན་ལ་བརྟེན་པའི་མིང་





བཏགས་ནས་མུ་ངན་གྱི་རྟེན་སྤྱད་བསམ་གྱི་ཕུང་པོ་འོ། །བདག་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་བཅད་པས། ཉོན་མོངས་པ་བསྒྲག་ལ།  
 ཉོན་མོངས་པ་བསྒྲག་པས་འབྲས་བུ་སྤྱད་བསམ་གྱི་ཕུང་པོ་སྤངས་པས་ན་...  
 མུ་ངན་གྱི་རྟེན་སྤྱད་བསམ་ལས་འདས་པས་མུང་འདས་ཞེས་བརྗོད་དོ། །སོ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་སོར་བཏགས་ནས། རོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མེད་པའམ། བདག་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ལས་གཞན་དོན་  
 གང་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་དེས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མི་བསྒྲགས་པས། སྒྲས་  
 པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་མུང་འདས་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའོ། །བདག་  
 མེད་པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་བཏགས་ནས་ཆད་མས་རྟེན་པ་སྒྲིམ་དགོས་པ་དེ་...  
 ལྟ་བུས་ན། བསམས་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་  
 རིགས་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་ཕུང་དག་གི་སྒྲིམ་ནས་བཏགས་ལ། ཡང་དག་  
 པ་ཁོ་ནའི་རོ་བོ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གང་གི་རོ་བོ་ཞེ་ན། བྱིན་པ་གི་དངོས་  
 པོའི་རང་གི་རོ་བོ་འོ། །དེ་ཉིད་ངོས་བབྱུང་བ་ནི། གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་བསམ་  
 བྱུང་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་དོན་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཡང་དག་པའི་དངོས་པོའི་རོ་བོ་གང་ཞེ་ན། ཡང་  
 དག་པའི་དངོས་པོའི་རང་གི་རོ་བོས་ཏེ་གནས་ཚུལ་ནི། དོན་དམ་པར་ཏེ།  
 རིགས་པས་དཔྱད་ན་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
 དོན་འདི་རྟོགས་པར་འདོད་པ་དག་གིས་ཡང་དག་པའི་དོན་རིགས་པ་དང་  
 ལྷང་གིས་གཏན་ལ་དབབ་པོ། གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 ཡང་དག་པའི་དོན་ལྷང་གིས་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། རིགས་པས་གཏན་  
 ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལྷང་དང་རིགས་པ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ལྷང་ནི།







འཕགས་པ་ཚོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་ལས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྟར་བུམྟོ། །  
 ལུང་དེ་བཤད་པ་ནི། ལུང་པོ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ནི།  
 རིགས་པས་མི་བསྐྱེ་བར་གྲུབ་པས་ན་བདེན་ནོ། །ཡང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་  
 སྐྱེ་བ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཡིན་པས་ན་བདེན་ཞེས་.....  
 བརྗོད་དོ། །སྐྱེ་བ་དང་འགག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚོས་གཞན་ནི་སྐྱོ་ལ་སྤྱང་བ་  
 ལྟར་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པས་ན་མི་བདེན་ནོ་ཞེས་པའོ། །རང་བཞིན་གྱིས་  
 སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་འབྲལ་བའི་དོན་དམ་པ་དང་།  
 སྐྱེ་བའི་སྤྱོད་པ་མེད་པར་མཐུན་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་མེད་པ་བདེན་ནོ་ཞེས་  
 གསུངས་ཀྱི། དོན་དམ་པར་ཏེ་རིགས་པས་དཔྱད་ན་ནི་སྐྱེ་བ་ཡང་བདེན་པ་  
 མ་ཡིན། མི་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པས་དཔྱད་ན་  
 ལྟར་གཞི་མེད་པས་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་དེའི་ཐ་སྟངས་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་...  
 རོ། །ཡང་སྤྱི་མཐོང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་བཀའ་སྤྱུལ་པ་ཞེས་པ་ནས་སྐྱེ་བ་མེད་དོ་  
 ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོས་གསུངས་ཏེ། མདོ་དེའི་དོན་བཤད་པ་ནི། རིགས་  
 ཀྱི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་བར་ཏུ་གནས་པ་དང་། ཐ་མར་  
 འཇིག་པ་དང་། དང་པོར་འབྱུང་བ་ལ་མཛད་པར་ཞེན་ཏེ། ཐོག་མཐའ་  
 དབུས་གསུམ་ལ་ཞེན་པ་དེའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཐའ་ཡས་པའི་  
 སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེས་གསུམ་ལས་སྐྱེ་བའི་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་.....  
 པས། འཇིག་རྟེན་གྱི་དངངས་བས་ཏེ་སྒྲག་པའི་གནས་བསལ་བའི་ཕྱིར།  
 དག་གི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་ཡུལ་རྟོག་པའི་སྐྱོ་ལ་སྤྱང་ཅམ་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་འགག་  
 གོ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། གནས་ཚུལ་འདི་ལ་ནི་ཚོས་གང་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་དོ་  
 ཞེས་བཤད་དེ། གནས་ཚུལ་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་དོན་ལ་ཡང་དག་པའི་དོན་





ཡིན་པ་འང་འཕགས་པ་སངས་རྒྱལ་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་ལས་ཀྱང་བཀའ་  
 ལྷལ་ཏེ། ལྷང་གི་དོན་ནི། ཚུལ་བཞིན་འདྲི་བ་ནི་གང་ལགས། ཚུལ་བཞིན་ནི་  
 གང་ལགས། ཞེས་དྲིས་པའི་ལན་བཀའ་སྤྱལ་པ། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པ་ནི་ཚུལ་བཞིན་ནོ། །སྐྱེ་མེད་ཀྱི་དོན་དེ་འདྲི་བ་ནི། ཚུལ་བཞིན་ཏེ་  
 དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་འདྲི་བའོ། །ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ཡང་དག་པའི་  
 དོན་བཀའ་སྤྱལ་བའི་ལྷང་གི་དོན་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ནི། རྣམ་མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་པས་ན་ཆོད་བཟུང་དུ་  
 མེད་པས་ན་ཆོད་མེད་པའི་སྒྲིལ། འདིའི་དོན་རྟོགས་པ་ན། འཆི་འཕོ་བ་  
 དང་བྲལ་བའོ། །གང་རྟོགས་ན་ཞེ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བ་  
 དག་གོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲིལ།  
 གཤོད་མ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འབྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ནོ། །བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསམ་པར་བྱ་བའི་ཡང་དག་པའི་དོན། །  
 འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་  
 ཏེ། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་  
 མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱང་པ་ཉིད་དུ་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་  
 བརྗོད་དོ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བརྒྱད་སྟོང་པ་ལས་ཀྱང་  
 གསུངས་ཏེ། རབ་འཕྱོར་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་ངོ་  
 ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཀྱིས་སྤྱང་སྟེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བཀའ་སྤྱལ་ནོ། །དེའི་དོན་ནི། གཟུགས་སོགས་སུ་གྲོ་ལ་སྤྲང་བ་ཉིད་  
 གནས་ཚུལ་ལ་གཟུགས་སོགས་སུ་གནས་པ་ནི། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་





ཉིད་དོ། །གཟུགས་སྟགས་སུ་སྒྲུང་བ་ཉིད་གནས་ཚུལ་ལ་གཟུགས་སྟགས་སུ་  
 མེད་པས་ན། གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ཅོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གནས་ཚུལ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྒྲུང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའོ། །འཕགས་པ་སྤང་བོ་སྦྱལ་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
 བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཡང་དག་པའི་དོན་.....  
 གསུངས་སོ། །དི་ལྟར་གསུངས་ཤེ་ན། དོན་དམ་པ་གང་ལ་སྐྱེ་བ་སྤྱིད་པའི་  
 དངོས་པོ་ཡུལ་དུས་གང་ནའང་མི་དམིགས་ཏེ། གདོད་མ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ཀྱིས་སྒྲུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུ་ལས་འབྲས་སུ་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནམ་  
 ཞེ་ན། གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པས་གནས་ཚུལ་ལ་འབྱུང་བ་མེད་པའི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ལ་གནས་ཚུལ་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་དག་ནི། གནས་ཚུལ་ལ་རྒྱུ་ལས་  
 འབྲས་སུ་འབྱུང་བར་འདོད་དོ་ཞེས་གསུངས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ཅོ། །ཡལ་  
 དང་སྤྲུལ་མཇུག་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཡང་དག་པའི་དོན་བཀའ་སྦྱལ་ཏེ།  
 ཆོས་འདི་དག་ཅེས་སྟོན་སོ། །འདིའི་དོན་ནི། ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་འདི་དག་  
 ཐམས་ཅད་ནི། དུས་གསུམ་དུ་རང་བཞིན་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཉམ་པ་དག་སྟེ། ཅི་ཞེ་ན། འདས་པའི་དུས་ནའང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་ཀྱི་བར་དུ་འང་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་དང་བྲལ་ལ་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཅོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 ཇི་སྐད་བཤད་པ་འདི་ནི། རེ་ཞིག་ལྷང་གི་སྟོན་ནས་ཡང་དག་པའི་དོན་  
 བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟག་པར་བྱའོ་ཞེས་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་  
 ཡང་དག་པའི་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། རིགས་པའི་བྱེད་པ་  
 བསྟན་པས་མཆོམས་སྦྱར། རིགས་པའི་རང་བཞིན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །





དང་པོ་ནི། ལུང་གི་དོན་ཡང་དག་པའི་རིགས་པས་བསྟན་པར་བྱས་ན།  
 ལུང་གི་དོན་གནས་ཚུལ་ལ་གུང་དུ་བཀྱིལ་བྱས་ཏེ། དེ་བས་ན་རིགས་པས་  
 ཡང་དག་པ་སྦྱེམ་པའི་དོན་སོ་སོར་བརྟག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རིགས་པ་དུ་མ་  
 ཡོད་པ་ལས། མདོར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་པས་མཆོམས་སྦྱར། །གཉིས་པ་  
 རིགས་པའི་རང་བཞིན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱལ་སྦྱང་པ་རྩོ་  
 རྩོ་གཟེགས་མ་དང་། རང་བཞིན་ལ་སྦྱང་པ་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལོ། །དང་པོ་  
 ལ་བཞི་སྟེ། གཏན་ཆེགས་སྦྱབ་པ་དང་། ཉགས་བསྦྱབ་བྱ་ལ་སྦྱར་བ་དང་།  
 དེའི་ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་དགོད་པ་དང་། གཏན་ཆེགས་སྟོན་པའི་ལུང་ངོ་། །  
 དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྣམ་པར་བརྟག་པས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་  
 བྱེ་སྟེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་རྣམས་སྦྱེ་བ་ན། རྒྱ་མེད་པ་ལས་  
 བྱང་བ་ཞིག་གསུམ་འོན་ཏེ། རྒྱ་ཡོད་པ་ལས་བྱང་བ་ཞིག་དུ་འགྱུར་གངས་ན་  
 ཞེས་གཉིས་སུ་བརྟག་གོ། །གལ་ཏེ་མུ་སྟེགས་རྒྱང་འཕེན་པ་དང་། རྒྱ་མེད་པ་བ་  
 དག །དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་ལ་མ་སྟོས་པར་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། རྒྱ་མེད་པ་ལས་  
 འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆང་ནས་སྦྱེ་བ་མ་ཆང་ན་མི་སྦྱེ་བའི་རེས་འགའ་བ་  
 ཡིན་པར་ཆང་མ་ལ་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ནས་ཀྱི་མུ་གུ་དང་སྤྱི་ལུ་ཀྱི་མུ་གུ་  
 རྣམས་སྦྱེ་བའི་དུས་དབྱར་བཞིན་དུ། ཉག་དུ་སྟེ་དགུན་གྱི་དུས་སུ་ཡང་ཞིང་  
 བཞིན་དུ། དུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འབྱུང་སྟེ། དུས་ཐམས་ཅད་  
 རྒྱ་ལ་མི་སྟོས་པར་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དགུན་གྱི་དུས་སུ་འབྱུང་  
 བར་མི་འདོད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་སྦྱེ་བའི་དུས་དབྱར་གྱི་དུས་ན་ཡང་འབྱུང་  
 བར་མི་རིགས་པར་ཐལ། མུ་གུའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་དགུན་གྱི་དུས་དང་།  
 རྒྱ་མེད་པར་བྱེ་བྲག་མེད་པས་སོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ན་དུས་ཉག་དུ་འབྱུང་





བའམ། ཡང་ན་ནམ་ཡང་མི་འབྱུང་བར་ཐལ་བའི་རིགས་པས་གནོད་པ་དེ་  
 ལྟར་ན་རེ་ཞིག་རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བཞུག་ཏོ། །གཉིས་  
 པ་ལྟར་ན། རྒྱ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ལས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་དེ་  
 ལས་འབྱུང་ན། རྒྱ་རྟག་པ་ལས་འབྱུང་ངམ། མི་རྟག་པ་ལས་འབྱུང་ཞེས་  
 བཞུག་གོ། གལ་ཏེ་རྒྱ་རྟག་པ་ལས་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། འདི་དགག་པ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། རྟག་པ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་མི་རུང་བ་དང་། རྒྱ་རྟག་པ་ཉིད་དགག་  
 པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ལྷ་སྟེགས་རྟག་པར་སྐྱ་བ་དག །དབང་ལྷག་དང་གཙུག་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རྟག་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བོ་ཞེ་ན། རྟག་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་  
 བ་མི་འཐད་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར། །རྟག་སྐྱའི་ལྷ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས།  
 དབང་ལྷག་དང་གཙུག་པོ་ལ་སོགས་པ་རྟག་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱར་  
 རྟག་པ་དེ་ལས་ཀྱང་། འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་རྣམས་མི་སྐྱེ་ལྟེ། འབྲས་བུ་  
 རྣམས་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བར་ཚད་མ་ལ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རིམ་  
 ཀྱིས་འབྱུང་ཡང་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བར་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་ན་  
 རྒྱ་མ་ཚང་བའི་དུས་མེད་ལ། རྒྱ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་རུས་པ་སོགས་པ་མེད་  
 པའི་འབྲས་བུ་ནི་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་མི་རིགས་ཏེ། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་རུས་  
 པ་དང་རྒྱུན་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་ལྟར་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་  
 མེད་ཅེ་ན། དབང་ལྷག་དང་གཙུག་པོ་ལ་སོགས་པ་བདག་ཉིད་གཅིག་ལུ་ལ་  
 འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པའི་མཐུ་ཡོད་པ་ནི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་རྒྱུན་  
 གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་དེ། །དབང་ལྷག་སོགས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་དེ་  
 ལ་རྒྱུན་གཞན་དག་གིས་པན་གདགས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྟག་པ་ཡིན་  
 པས་སོ། །མ་དེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པ་ལ་ནི། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་





རྒྱུན་གྱིས་པན་གདགས་པ་ལ་ལྟོས་པར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་  
 དོན་བཞི་སྟེ། ཉན་ལས་འགྲོད་པ་དང་། ཚུལ་སྒྲུབ་པ་དང་། མཛད་མས་གྲུབ་  
 པའི་དོན་དང་། ལྷང་དང་སྒྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་པས་འབྲས་བུ་  
 བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་པ་དེ་བས་ན། དབང་ཕྱག་ལ་སྐྱེས་པ་ཆོས་ཅན།  
 དངོས་པོའི་ངོ་པོ་ཉིད་རུ་མེད་པ་ཁོན་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་རུས་  
 པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྦྱང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་མོ་ཤམ་གྱི་བུ་ལ་སྐྱེས་པ་  
 བཞིན་རུའོ། །གཉིས་པ་ནི། དངོས་པོ་ནི་དོན་བྱེད་རུས་པའི་ཆོན་ཉིད་ཅན་  
 ཡིན་ན། ཉན་པ་དེ་དག་ནི། ལུལ་རུས་གང་རུ་འང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཆར་མི་  
 བསྐྱེད་པར་མ་ཟད། རིམ་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱེད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་པས་འབྲས་བུ་  
 བསྐྱེད་པ་གོང་རུ་རིགས་པས་བརྟགས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཅིག་ཆར་  
 མི་བསྐྱེད་ཅེ་ན། ཉན་པས་འབྲས་བུ་ཅིག་ཆར་ཡང་མི་བསྐྱེད་དེ། འདི་ལྟར་  
 དང་པོའི་རུས་ཁོན་ར་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཆར་རུ་བསྐྱེད་པར་འདོད་  
 བས་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་གཤམ་ཏེ། སྤྲུལ་འཛིན་པ་དེ་ཁོན་བཞིན་རུ། སྤྲུལ་འཛིན་  
 པ་དེ་ཉིད་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་བསྐྱེད་རུས་སུ་གནས་ན་ནི། རུས་ཕྱི་མ་དེའི་ཆོ།  
 སྤྲུལ་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་ཕྱི་མའི་རུས་སུ་རྗེས་སུ་འཇུག་པས་སྤྲུལ་འཛིན་……  
 རུས་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་རུ། ཕྱི་མའི་རུས་སུ་ཡང་སྤྲུལ་འཛིན་  
 ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི། སྤྲུལ་འཛིན་རུས་སུ་འབྲས་བུ་  
 མ་རྒྱུགས་པས་སྤྲུལ་འཛིན་བུ་ཅིག་ཆར་རུ་བསྐྱེད་པ་འགཤམ་འོ། །གཤམ་ཏེ་  
 སྤྲུལ་འཛིན་པ་ཕྱི་མའི་རུས་སུ་མི་འཇུག་ན་ནི། ཕྱི་མའི་རུས་སུ་སྤྲུལ་འཛིན་  
 པོ་ཉིད་པོར་བས་མི་ཉན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་ཉན་པ་  
 འདོད་པ་ལ་རིགས་པས་གནོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ན། རྒྱ་ཉན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་





དངོས་པོ་གང་ཡང་མེད་དོ། །བཞི་པ་ནི། རྟག་པའི་དངོས་པོ་མེད་པ་དེ་ནི་ད་  
 གྱི་ཕྱིར། ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་བཙམ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་  
 པའི་དོན་ནི། སྒྲིས་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས་འདི་ལྟ་སྟེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་  
 བཅ་མཁའ་ཇུས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགྲོག་པ་  
 དང་། ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་སོ་སོར་བརྟགས་འགྲོགས་ལ་སོགས་པ་འདུས་  
 མ་བྱས་པའི་དངོས་པོར་ཞེན་ཅིང་སྒྲོ་འདོགས་པ་ནི། ཇུས་སུ་མེད་པ་ལ་  
 ཇུས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །ཞེས་པ་ནི་གསུང་ངོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ནོ། །རྒྱ་རྟག་པ་ལུང་རིགས་ཀྱིས་མི་འཐད་པ་དེ་ལྟར་ན། རེ་ཞིག་འབྲས་  
 བུདེ་དག་ནི། རྒྱ་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བར་མི་རུང་ངོ་། །གལ་ཏེ། རང་གི་ཕྱེ་བ་  
 དག་རྒྱ་མི་རྟག་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེའོ་ཞེ་ན། འདི་དགག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 གཞན་ལས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། བདག་ལས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ལས་མི་སྐྱེ་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། འདས་མ་འོངས་ལས་མི་སྐྱེ་བ་དང་། ད་ལྟར་བ་  
 ལས་མི་སྐྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རུས་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་ལ་འདས་པ་འགགས་པ་  
 དང་། མ་འོངས་པ་ནི་མ་སྐྱེས་པས་གཉིས་ཀ་ཡང་དངོས་པོ་མེད་པས་ན།  
 དངོས་པོ་མེད་པ་དེ་ལ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་མི་རུང་སྟེ། གལ་ཏེ་དངོས་  
 མེད་ལས་སྐྱེ་ན། རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་  
 པ་ད་ལྟར་བ་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱིར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་  
 བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གྱི་རིགས་པས་བརྟགས་ན་  
 ད་ལྟར་གྱི་དངོས་པོ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་སྟེ། རིགས་པས་བརྟག་ན་  
 འབྲས་བུ་དང་རུས་མཉམ་པའི་རྒྱ་དང་། མི་མཉམ་པའི་རྒྱ་དེ་དག་ལས་  
 འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རུས་མཉམ་པ་ལས་མི་





གྲུ་མེ་མཉམ་པ་ལས་མི་སྐྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཞིག་འབྲས་བུ་དང་  
 རྒྱུ་མཉམ་པའི་རྒྱུ་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ཚུལ་ནི་འདི་ལྟར། འབྲས་བུ་རྒྱུ་འི་རྒྱུ་ན་  
 ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་དེ། རྒྱུ་འི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་འདྲ་བར་འབྲས་བུ་ཡང་  
 བྱུ་བ་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཞེ་ན། རྒྱུ་དེ་དང་རྒྱུ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་མེ་མཉམ་པའི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེའོ་ཞེ་ན། འབྲས་བུ་དང་  
 རྒྱུ་ཐ་དད་པ་རྒྱུ་མེ་མཉམ་པ་སྤྲ་ཕྱིར་བྱུང་པ་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། གཤམ་ཏེ་རྒྱུ་  
 དེ་རྒྱུ་གཞན་གྱིས་ཆོད་དེ། དེ་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་ནི་མི་འཐད་དེ།  
 འདས་པ་དང་ལ་སོགས་པ་མ་འོངས་པ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཤམ་ཏེ་རྒྱུ་དང་རྒྱུ་གྱིས་བར་རྒྱ་མ་ཆོད་པར་སྐྱེ་ན་ནི། གཤམ་ཏེ་བདག་  
 ཉིད་ཐམས་ཅད་གྱིས་བར་རྒྱ་མ་ཆོད་པར་འདོད་ན་ནི། སྐད་ཅིག་གཅིག་  
 ཉིད་ཏུ་སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་གཅིག་ཏུ་ཆུད་པས། བསྐལ་བ་འང་སྐད་  
 ཅིག་ཙམ་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱུ་ནི་མི་སྤྱད་པ་དང་། རྒྱུ་ཡུན་རིང་  
 ཟུང་གི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སྐད་ཅིག་ནི་སེ་གོལ་གཅིག་གཏོག་  
 པའི་ཡུན་ལ་རྒྱུ་གྱི་ཆ་ཤས་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་འགག་པའི་ཆ་ཤས་དེ་དེའི་ཡུན་ཙམ་  
 མོ། །སྐད་ཅིག་མ་ནི། ཆ་ཤས་དེ་དང་ལྡན་པའི་ཆ་ཤས་ཙན་གྱི་རྒྱུ་སོ། །ཇི་  
 སྐད་བཞོད་པའི་དོན། དཔེར་ན་རྩལ་ཕྱ་རབ་རྣམས་བདག་ཉིད་ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་འདྲེས་ན། གོང་བུ་ཆེན་པོ་འང་རྩལ་ཕྱ་མོའི་ཆོད་ཙམ་ཉིད་ཏུ་  
 འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་འབྲས་བུའི་སྐད་ཅིག་མ་རྒྱུ་དང་ཕྱོགས་གཅིག་  
 གིས་སྤང་ན་ནི། རྒྱུ་དེའི་ཆོ། འབྲས་བུའི་སྐད་ཅིག་ལ་ལས་འབྱུང་བ་ཁོ་  
 བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ནང་ཏུ་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་ཉིད་གྱིས་བདག་ཉིད་ཀྱི་  
 རྒྱུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཞེ་ན། བདག་ཉིད་ལ་བདག་ཉིད་གྱིས་བསྐྱེད་







བར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་འཇུག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་  
 ལས་མི་སྟེ་བ་ནི། འབྲས་བུ་ནི་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་སྟེ་བ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་སྟེ་ན་བདག་དང་གཞན་ལས་སྟེ་བའི་སྦྱགས་གཉིས་ཀའི་  
 སྟེ་ན་གཞི་གཅིག་ལ་འདུ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆོགས་བསྐྱབ་པ་  
 བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྦྱར་བ་ནི། བདག་དང་གཞན་དང་  
 གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་ལས་སྟེ་བ་མི་འཐད་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན། འོན་དམ་པར་  
 ཏེ་རིགས་པས་དབྱེད་ན་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་.....  
 རིགས་ངོར་མ་སྟེས་པ་ཁོ་ནར་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་སྟེ་  
 བ་ཡོད་པས་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྟེ་བ་བཤད་པའི་  
 ལུང་ལ་སོགས་པ་དང་ཡང་མི་འགལ་ལོ། །སོགས་པས་རིགས་པ་དང་མི་  
 འགལ་བ་སྟེད་དོ། །གསུམ་པ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྦྱར་བའི་ལུང་ནི། འོན་དམ་པར་  
 སྟེ་བར་མེད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་སྐད་དུ། དངོས་པོ་ཞེས་པ་ནས་  
 ཅས་པའོ་ཞེས་པའི་བར་གྱི་ལུང་ངོ་། །འདིའི་དོན་ནི། དངོས་པོ་རྣམས་སྟེ་བ་  
 ནི། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྟེ་འབྲེལ་ངོར་རོ། །དམ་པའི་དོན་ཏུ་སྟེ། རིགས་པས་རྣམ་  
 བར་དབྱེད་ན་རང་བཞིན་མེད་དོ། །རིགས་པས་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་འབྲེལ་བའི་ངོར་སྟེ་བར་སྤང་བ་གང་ཡིན་པར་དེ་ནི་  
 ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འདོད་དོ་ཞེས་པའོ། །བཞི་པ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ལུང་ནི།  
 རྟོ་རྩེ་གཟེགས་མའི་རིགས་པ་འདི་ནི། རྟོག་གེས་བཏགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོངས་ཏེ། ལྷ་ལྷ་ལྷང་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་  
 ལས། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་ལས་སྟེ་བ་དགག་པའི་  
 རིགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་ལ་སྦྱོད་པ་རྟོ་རྩེ་གཟེགས་མ་བསྟན་





ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པ་གཅིག་དང་རྟུ་བུལ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 དབྱེད་པ་སྦྱར་བཅོམ་པ་དང་། གཏན་ཆོགས་སྦྱབ་པ་དང་། ཆོད་མས་གྲུབ་  
 པའི་དོན་དང་། ལྷང་དང་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་  
 ལ་ཅམ་པར་དབྱེད་པའི་རིགས་པའི་ཅམ་པ་གཅིག་རྟུ་ན་འདི་ལྟར། གཅིག་  
 དང་། རྟུ་མ་དང་བུལ་བའི་རིགས་པའོ། །རིགས་པ་འདིས་ཤེས་བྱའི་ཚུལ་ལ་  
 ཅམ་པར་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་པས་མཆོམས་སྦྱར་རོ། །དབྱེད་པར་བྱ་  
 བའི་དངོས་པོ་ཅམས་ནི་དོན་ཅམ་པ་གཉིས་ཏེ། གཞིག་ཅིང་གཞོམ་རྟུ་རྩང་  
 བ་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དང་། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་  
 དངོས་པོའོ། །གཉིས་པ་གཏན་ཆོགས་བསྦྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་  
 དོན་ལ་བསྦྱབ་པ་དང་། ཅན་ཤེས་པ་ལ་བསྦྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 སྤང་རགས་གཉིས་ལ་གཏན་ཆོགས་སྦྱར་བ་དང་། སྦྱར་བའི་དོན་འགོད་པ་  
 དང་། ལྷང་དང་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། བདེན་པའི་གཅིག་དང་བུལ་བསྦྱབ་  
 པ་ན། རྟུ་མ་དང་བུལ་བ་བདེ་སླག་རྟུ་གྲུབ་པས་ན། ཐོག་མར་གཅིག་དང་  
 བུལ་བར་བསྦྱབ་པ་ལ། གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཉིས་  
 ཡོད་པ་དེ་ལ་རེ་ཤིག་གཟུགས་ཅན་རགས་པ་གཅིག་དང་བུལ་བར་བསྦྱབ་  
 པ་ནི། སུམ་པ་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་ཅན་རགས་པ་དེ་དག་ནི་ཆོས་ཅན།  
 རང་བཞིན་ཆ་མེད་གཅིག་རྟུ་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟུལ་སྤོ་མོ་ཐ་དད་པའི་  
 རོ་སོ་ཉིད་རྟུ་མ་འདུས་པའི་ཡིན་པས་ནའོ། །འདིར་ཆ་བཅས་སུ་གྲུབ་པ་ན།  
 ཡན་ལག་ཅན་རྟུ་གྲུབ་ཅིང་། ཡན་ལག་ཅན་ནི་ཡན་ལག་ཇས་ཐ་དད་རྟུ་  
 སྤང་རྩང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡན་ལག་སོ་སོ་བ་དང་གཅིག་ན།  
 ཡན་ལག་སོ་སོ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆ་རྟུ་མར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་ཆ་མེད་





གཅིག་བདེན་པར་འགལ་ལོ། རྩལ་སྤྱོད་གཅིག་དང་བྲལ་བར་བསྐྱབ་པ་ནི།  
 རྩལ་སྤྱོད་ཤར་བྱལ་ན་གནས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་བདེན་པར་  
 མི་འགྲུབ་སྟེ། ཡིན་ཏེ། ཤར་དང་བྱལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་གས་ཆ་དང་ལྡན་  
 པའི་དབྱེ་བས་ཆ་དྲུག་ཏུ་རྣམ་པར་སྟེན། ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་མི་འགྲུབ་པའི་  
 ཟླར། ཉི་ཤུ་པ་ལས། དྲུག་གིས་གཅིག་ཆར་སྦྱར་བ་ན། །སྤྱོད་རབ་རྩལ་ཆ་དྲུག་  
 ཏུ་འགྱུར། དྲུག་པོ་དག་ནི་གོ་གཅིག་ན། །ཤོང་བྱའང་རྩལ་སྤྱོད་ཅམ་འགྱུར།  
 ཞེས་སོ། །སྤྱོད་གས་དྲུག་གི་རྩལ་སྤྱོད་རྣམས་ནི། ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྩལ་ཏུ་མ་བསགས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །རགས་པ་དང་  
 སྤྱོད་གཉིས་ཀ་ལ་བདེན་པའི་གཅིག་མེད་པས་ན། བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་ནི་ཏུ་  
 མའི་རང་བཞིན་ཏུ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་དོན་འགོད་  
 པ་ནི། གཞུགས་ཅན་འདི་དག་ནི་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་ཏུ་མ་དང་བྲལ་བའི་ཟླར། དཔེར་  
 བ་ན། མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ན་དམིགས་པའི་གཞུགས་ལ་སོགས་པར་སྦྱང་བ་  
 བཞིན་ཅོ། །ཞུག་པ་ངེས་ཏེ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་ཏུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་  
 མ་གཏོགས་པའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་གཞན་མེད་པས་སོ། །  
 གསུམ་པ་ལྷང་དང་སྦྱར་བ་ནི། གཞུགས་ཅན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དེའང་།  
 འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 བཀའ་སྤྲུལ་ཏེ། སྒྲོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་སོགས་སོ། །འདིའི་དོན་ནི། སྒྲོ་གྲོས་  
 ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་སྤྱང་གི་རྩ་ཡང་  
 ཞིབ་མོར་དཔྱད་ནས་རྩལ་སྤྱོད་མོར་བཤེགས་ན་རྩའི་ངོ་བོ་མི་འདུག་གོ། །འོ་ན་  
 རྩ་ཆོམ་བྱེད་ཀྱི་རྩལ་སྤྱོད་རྣམས་བདེན་པར་ཡོད་དོ་ཞེ་ན་ཆོམ་བྱེད་ཀྱི་རྩལ་



སྤུལ་སྤུལ་གྱི་ཆོས་སྤུལ་སྤུལ་བཤེགས། རྩལ་སྤུལ་མའི་རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་གྲུབ་པ་ལ་མི་གནས་སྤུལ་ཞེས་པའོ། །གལ་ཏེ་གཞུགས་ཅན་གྱི་  
 དངོས་པོ་མེད་ན། སྤུལ་པོ་ལ་སྤུལ་པ་དོན་རྩལ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། འདི་  
 ལྟར། སྤུལ་པོ་ལ་སྤུལ་པའི་ཕྱི་རྩལ་གྱི་དོན་མེད་པར་རིགས་པའི་སྤུལ་  
 གིས་གྲུབ་པས་ན། སྤུལ་སྤུལ་སྤུལ་བ་འདི་ཕྱི་རྩལ་གྱི་དོན་རྩལ་བཤེགས་པ་མ་  
 དེན་པོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྤུལ་པོ་གཞུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་པར་ཤེས་པ་  
 ལ་སྤུལ་པ་དེ་དག་ཉིད་སྤུལ་པོ་ལ་སྤུལ་པའི་དངོས་པོར་སྤུལ་བར་ཁས་...  
 སྤུལ་དགོས་སོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་  
 ལས། ཕྱི་རྩལ་གཞུགས་ནི་ཡོད་མིན་ཏེ། །རང་གི་སེམས་ནི་ཕྱི་རྩལ་སྤུལ་། །  
 ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །ཕྱི་རྩལ་གྱི་དོན་ལ་གཏན་ཆོགས་སྤུབ་པ་བསྟན་ཟིན་གྱི་  
 གཉིས་པ་ནང་ཤེས་པ་ལ་གཏན་ཆོགས་སྤུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་  
 པ་དང་། རྣམས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་དག་གཞུགས་ཅན་དེ་  
 བཞིན་རུ། །གཞུགས་སྤུལ་མེད་པ་སེམས་སེམས་བྱང་དེ་དག་ཀྱང་རིགས་པས་  
 བཟླས་ནས་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཁོ་ན་ཏེ། སྤུལ་པའི་རིགས་པ་མཆོངས་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་རྣམས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྣམས་བཅས་ལ་གཅིག་  
 དང་བུལ་བ་སྤུབ་པ་དང་། རྩལ་དང་བུལ་བ་སྤུབ་པ་དང་། རྣམས་པ་རྩལ་  
 པར་འདོད་པ་སྤུལ་དབྱུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྤུལ་སྤུལ་སྤུལ་བ་འདི་དག་  
 ཕྱིར་རྩལ་གྱི་དོན་རྩལ་གྲུབ་པས་ཤེས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དེ་བས་ན།  
 ཤེས་པ་གཅིག་གི་དོ་བོར་བཤེན་ནམ། ཤེས་པ་རྩལ་མའི་དོ་བོར་བཤེན། དང་  
 པོ་ལྟར་ན། སེར་པོ་ལ་སྤུལ་པ་དོན་རྩལ་བ་སྤུལ་སྤུལ་པ་ཆོས་ཅན། ཤེས་  
 པ་ཆ་མེད་གཅིག་གི་དོ་བོ་ཉིད་རྩལ་བར་ཐལ། དོན་སྤུལ་སྤུལ་གྱི་རྣམས་



པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཐ་དད་པའི་རྣམ་པར་  
 སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་གཅིག་ཏུ་བདེན་པར་གྲུབ་ཀྱང་རྩ་མ་ཡིན་པ་ཅི་  
 འགལ་ཞེན། ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་ན་ནི། རྩ་མའི་ངོ་བོ་ཁོ་ནར་མི་རུང་སྟེ།  
 གཅིག་དང་རྩ་མ་མི་མཐུན་པར་གནས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་རྩ་མ་དང་བྲལ་  
 བར་སྐྱབ་པ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྩ་མའི་ངོ་བོར་བདེན་པར་ཡང་མི་རུང་  
 སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩ་མ་ཉིད་ནི། གཅིག་གཅིག་ཏུ་མ་  
 འདུས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་རྣམ་པ་རྩུན་པར་འདོད་པ་  
 སུན་དབྱང་བ་ནི་ཅི་སྟེ། ཇི་སྐད་བསྟན་པའི་གཟུགས་ཅན་བདེན་པ་འགོག་  
 པའི་རིགས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བ་འདི་……  
 དག་སྒྲུང་ལ་མི་བདེན་པས། རྩུན་པ་ཉིད་རྩ་སྐད་ལྟར་སྒྲུང་བར་ཁས་  
 ལེན་ནོ་ཞེན། འོ་ན་སྤྱི་ལོར་སོགས་སྣ་ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པ་དང་།  
 ཡུལ་ཅན་རྣམ་ཤེས་གཉིས་གཅིག་གམ་ཐ་དད། དང་པོ་ལྟར་ན། ཡུལ་ཅན་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་འང་། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་ལྟར་མི་བདེན་པར་འབྱུར་ཏེ།  
 ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་དང་། རྣམ་པར་རྩུན་པ་གཉིས་ཐ་དད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་དོ་ཞེས་  
 བ་མི་འཐད་དེ། རྣམ་པར་རྩུན་པའི་བདག་ཉིད་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ལས་གྲུད་ནས་ཏེ་ལོགས་སུ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་  
 ཏེ་ཡུལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འང་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཡུལ་ཅན་ལ་རྣམ་པ་སྒྲུང་  
 བར་བྱེད་པ་སྟེ་གཏོད་པར་བྱེད་དོ་ཞེན། འོ་ན་ཡུལ་ཅན་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་རྣམས་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་རྩུན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་……





འབྲུག་པ་ཡིན་པས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩྭ་ན་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་རྣམ་པ་རྩྭ་ན་པ་རྩྭ་བ་རང་གིས་ཁས་སྒངས་པར་གྱུར་ཏོ། །འདི་ནི་  
 གཟུང་བ་མེད་ན་འདྲིན་པ་འང་མི་རིགས་པའི་དོན་ནོ། །བཙམ་ལུན་འདས་  
 གྱིས་ཀྱང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྩྭ་མ་དང་འབྲ་བའོ། །ཞེས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །  
 གསུམ་པ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་དོན་ནི། བྱེད་ལ་བྱེད་དང་ནང་ཤེས་པ་  
 གཉིས་ཀ་ལ་བདེན་པའི་གཅིག་དང་རྩ་མ་མེད་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན། བྱེད་གི་  
 དངོས་པོ་འདི་དག་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པར་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་  
 པའི་གཅིག་དང་རྩ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བའི་གཏུན་  
 ཆོགས་གྱིས་དངོས་པོ་དེ་དག་བདེན་པ་མེད་པར་ངེས་སོ། །བཞི་པ་ལྟང་  
 དང་སྒྱུར་བ་ནི། དངོས་པོ་བདེན་པ་མེད་པའི་དོན་བཙམ་ལུན་འདས་གྱིས་  
 ཀྱང་། འཕགས་པ་ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྩལ་ཏེ། ཇི་  
 ལྟར་གཟུགས་རྣམས་མེ་ལོང་ལ། ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་  
 གསུངས་སོ། །ལྟང་གི་དོན་ནི། ཇི་ལྟར་མེ་ལོང་གི་ངོས་ལ་གཟུགས་རྣམས་  
 སྤྱང་ཡང་། བདེན་པའི་གཅིག་དང་གཞན་རྩ་མ་ཡང་རྣམ་པར་སྤངས་པར་  
 གྲུབ་པས་མེ་ལོང་གི་ངོས་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རྩ།  
 དངོས་པོ་རྣམས་སྤང་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཅེས་པ་ཏེ། བདེན་པའི་གཅིག་པ་  
 ཉིད་དང་། བདེན་པའི་རྩ་མ་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་  
 གོ། །ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་བཀའ་སྩལ་བའི་དོན་བཤད་ན། རིགས་  
 པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིལ་བྱེད་གི་དངོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་པར་གཞིགས་་་  
 བ་གོ། །ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རུང་ཟད་ཀྱང་ཚད་མས་བཟུང་རྩ་མེད་དོ། །བདེན་པའི་  
 གཅིག་དང་རྩ་མ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །ངོ་བོ་ཉིད་བཟུང་རྩ་མེད་པ་དེའི་





མྱེར། མྱེན་དག་དངོས་པོ་དེ་དག་ལ་རིགས་པས་དབྱད་ན་སྒྲིའི་ཡུལ་དུ་  
མེད་པས། ཡོད་ཅིས་དག་གི་དོན་མཐུན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་། དག་གིས་  
ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལྟར། གནས་ཚུལ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་  
མེད་པར་བཤད་དོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་བསམ་བྱུང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་  
བལྟན་བྱིན་ཏོ། །གསུམ་པ་སྒྲིམ་བྱུང་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་བཞི་ལྟེ། དགོས་  
པའི་བྱད་པར་དང་། ཇི་ལྟར་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ལྷང་བའི་བྱ་བ་  
དང་། མཉམ་ཆེས་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་མོང་གི་བྱ་བས་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་  
ལ་གསུམ་ལྟེ། མདོར་བལྟན་པ་དང་། ལྷང་རིགས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བལྟན་པ་  
དང་། དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི་གོང་དུ་ལྷང་རིགས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་དེ་ལྟར། བསམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་བསྒྲིམ་པར་བྱ་  
བའི་ཡང་དག་པའི་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲིམ་བྱེད་པར་བྱས་ལ། སྒྲིམ་བྱེད་པར་  
བྱས་པའི་དོན་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ། སྒྲིམ་པ་ལས་  
བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དོ། གལ་ཏེ་སྒྲིམ་པ་དང་བསམ་པ་ཙམ་གྱིས་ཚག་  
པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྒྲིམ་པ་དང་ལ་སོགས་པ་ལྟེ་བསམ་བྱུང་ཙམ་གྱིས་  
དོན་དམ་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ལ། དོན་དམ་པ་མངོན་  
སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པར་ཡང་སྒྲིབ་པ་མི་སྒྲིབ་བས་སྒྲིམ་བྱུང་དགོས་སོ་ཞེས་.....  
འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས་བལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་པ་རིགས་པ་དང་ལྷང་གིས་རྒྱས་པར་བལྟན་པ་ནི། སྒྲིབ་པ་པོ་རྣམས་  
ལ་ཡང་སྒྲིམ་བསམ་ཙམ་གྱིས་མ་ཡིན་པར་དོན་དེ་གསལ་བར་རྟོགས་པ་ལ།  
སྒྲིམ་བྱུང་དགོས་པའི་ཉམས་ཡོད་དེ། སྒྲིམ་བསམ་གྱི་སྒྲོ་ལས་སྒྲིམ་བྱུང་གི་  
ཡུལ་ཤིན་དུ་གསལ་བར་སྒྱུབ་པའི་མྱེར་རོ། །ཡང་དག་པའི་དོན་





སྟོན་པའི་ཤེས་པའི་སྣང་བ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་བྱང་བ་མེད་  
 པར་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཐུན་  
 པ་མི་སྤྱང་ངོ་། །གལ་ཏེ་ཡང་དག་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལ་གསལ་སྣང་འབྱུང་གི  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལ་གསལ་སྣང་འབྱུང་བ་མི་འཐད་དོ་  
 ཞེན་སྒར་རྟོགས་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལ་མང་མང་རྟུ་བྱས་ན། ཡུལ་ཡང་དག་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་དོན་ལ་ཡང་། སྟོན་སྟོབས་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཡུལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་  
 འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་མི་སྤྲུག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཟད་པས་དང་ཚུལ་  
 སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྟོན་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཤེས་པ་ཡུལ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། ཡང་དག་པའི་དོན་  
 སྟོན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་གསལ་སྣང་འབྱུང་བ་ལྟ་ཡང་ཅི་སྟོན། དེ་ལྟར་  
 བ་སྟོང་ཉིད་བསྟོན་པའི་འབྲས་བུ་ནི། ཡང་དག་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་  
 གསལ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ན་ཡང་དག་པའི་དོན་སྟོན་པའི་ཉིང་ངེ་.....  
 འཛིན་ནི་འབྲས་བུ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་པ་སྤྱང་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
 དོན་མངོན་སུམ་རྟུ་མཐོང་བའི་ཡེ་ཤེས་དང་བཅས་པའི་དོན་ཡིན་པར་ཉིང་  
 ངེ་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏེ། ཞེས་སྟོན་ཏེ། མདོ་དེའི་  
 དོན་ནི། ཡང་དག་པའི་དོན་སྟོན་པར་འདྲ་བ་ཁྱད་ཀྱིས་བསྟོན་བྱའི་དོན་  
 ཐོག་མར་ཡུང་རིགས་ཀྱིས་ཁོང་རྟུ་ཆུད་པར་བྱ། དེ་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་  
 མོས་པར་བྱ། གདུལ་བྱའི་གཙོ་བོའི་དབང་རྟུ་བྱས་ནས་མིའི་རྟེན་ཅན་ཁྱད་  
 ཀྱིས་ཇི་ལྟར་ཇི་ལྟར་ལན་མང་རྟུ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་  
 བ་ཡུལ་དེ་ལ་གནས་ཤིང་བཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡུལ་དེ་ལ་ཡང་.....  
 དང་ཡང་རྟུ་རྟོག་པ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཡུལ་དེ་ལ་སེམས་རང་གི་ངང་གིས་གཞོལ་





བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་དེ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ངོ་། །གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་  
བ་ནི། སྦྱིབ་པ་སྦྱང་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་མངོན་གྱུ་མཐོང་བ་ལ་  
སྒྲིམ་བྱུང་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་གྱུ་རྟོགས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། སྒྲིམ་པ་ལ་རབ་དུ་འཇུག་གོ་ཞེས་གདམས་སོ། །གཉིས་པ་རི་  
ལྟར་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཞི་གནས་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་དང་། ལྷག་  
མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་དང་། ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྒྲིམ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་  
ལ་ལྟ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་དགོས་པ། ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས། སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་  
པ། ཉེས་པ་སྦྱང་བའི་ཡན་ལག ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་ལོ། །  
དང་པོ་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་སྦྱང་  
པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་སེམས་གནས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཐོག་མ་ཁོ་  
ནར་རེ་ཞིག་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གནས་པའི་……  
ཞི་གནས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་ཞི་གནས་སྐྱབ་དགོས་ཅེན།  
ཡིད་ཀྱི་སེམས་ནི་རྒྱ་གཡོ་བ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ལ་རང་གི་ངང་གིས་གཡོ་བའི་……  
ཕྱིར་ན། གཟིངས་ལྟ་བུའི་ཞི་གནས་ཀྱི་གཞི་མེད་པར་སེམས་འཕྲོ་བ་མེད་  
པར་གནས་པ་མེད་དོ། །འདོད་ཁམས་ཀྱི་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་སེམས་  
ཀྱིས་ནི་ཡུལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་ཀྱང་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་ཤེས་པ་……  
ཙམ་ཡིན་གྱི། ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་མི་རུས་ཏེ་བཙམ་  
ལུན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་། ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོག་མེད་པར་ལྷག་མཐོང་གི་ལྷ་གྲུ་མི་  
སྦྱོལ་ལ་དགོངས་ནས་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པས་ཡང་དག་པ་གནས་……  
ཚུལ་གྱི་དོན་རི་ལྟ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །གཉིས་  
པ་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་ནི། ཞི་གནས་སྦྱོལ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་ངོས་བཟུང་བ་ནི་



འདི་ལྟ་སྟེ། བསམ་པའི་བྱང་པར་རྟེན་པ་དང་། བཀྱར་སྟེ་ལ་སོགས་པ་  
 འདོད་པ་ལ་མི་ལྟ་ཞིང་། སྦྱར་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ལ་ལེགས་  
 པར་གནས་ལ། ལུས་གདུལ་བར་བྱས་ཤིང་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོན་པའི་དཀའ་  
 སྤྱད་ཀྱི་སྤྱག་བསལ་ལ་སོགས་པ་དང་དུ་ལེན་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དུ་བྱུར་ལ།  
 བྱས་པར་སྦྱར་བའི་བཙོན་འགྲུས་དང་། རྟག་པར་སྦྱར་བའི་བཙོན་འགྲུས་  
 བཅས་ན་ཞི་གནས་ཤིན་དུ་སྟེ་ངེས་པར་འགྲུབ་པོ། །དེ་ཡང་ལུན་རིང་པོ་  
 ཞིག་ནས་མ་ཡིན་གྱི་མུར་དུ་འགྲུབ་པོ། །ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་ལས་ཞི་  
 གནས་འགྲུབ་ལ། དེ་ལས་སྤྱག་མཐོང་འགྲུབ་པ་དེ་བས་ན། འཕགས་པ་  
 དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་  
 རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྤྲུལ་བཞི་གོང་མ་བསམ་གཏན་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱ་  
 དང་། དེའི་ཡང་གོང་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་རྒྱར་བསྟན་ཏོ། །  
 གསུམ་པ་སྟོན་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱར་བ་དང་། དངོས་གཞིའོ། །  
 དང་པོ་ནི། གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བཙོན་འགྲུས་ཚུལ་  
 པ་ལ་སོགས་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་རྣམས་ལ་གནས་ཏེ། ཉིང་དེ་འཛིན་  
 འཕེལ་བའི་ཡན་ལག་དབེན་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་སྤྱགས་སུ་གནས་པ་.....  
 བཅས་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོན་པའི་སྟོན་དུ་རུང་བའི་དོན་དུ་སྤངས་རྟོགས་  
 མཐར་ཐུག་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། རིག་གོལ་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱག་དང་མཚོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱ་ཞིང་།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་སྟེ་བའི་གེགས་བསལ་བའི་དོན་དུ་སྤྱིག་པ་བཤགས་པ་དང་།  
 ཉིང་འཛིན་མུར་དུ་གཞན་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ལ་ཇེས་སུ་ཡི་རང་.....  
 བའང་བྱས་ནས། དགེ་བའི་ཚོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བའི་





དོན་དུ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་བུལ་བར་འདོད་པའི་སྤྱིང་  
 རྩེ་ཆེན་པོ་ཞི་གནས་སྒྲིམ་པའི་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ནས་རྩེས་  
 ཐོག་དུ་འགོ་བ་མཐའ་དག་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་འདོན་པའི་བསམ་  
 པ་ཅན་དུ་ཡུར་པར་བྱས་ནས་ཞི་གནས་བསྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་གོ། ཇི་ལ་ལྟས་  
 བྱང་པོར་བསྐང་ན་ཙ་བྱང་པོར་གནས་ཤིང་། ཙ་བྱང་པོར་གནས་ན་རྒྱང་  
 བྱལ་བར་གནས་ཤིང་། རྒྱང་བྱལ་བར་གནས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་  
 གྲང་བྱལ་བར་གནས་པས་ན་ཐོག་མར་ལྟས་བྱང་པོར་བསྐང་ལ་སྤྲོན་བདེ་  
 བའི་སྤྱིང་དུ་འཇུག་སྟེ། སྤྱིལ་མོ་དགྲང་བཅས་ལ། དེ་ནས་སེམས་པའི་ཉིང་  
 རེ་འཛིན་མངོན་པར་བསྐྱབ་པོ། ཞི་གནས་སྒྲིམ་པའི་སྦྱར་བ་བསྤྲན་ཟིན་ནོ།  
 གཉིས་པ་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམ་ཚུལ་ལ་བཞི་སྟེ། སེམས་གནས་པའི་ཐབས་  
 སྦྱར་བསྤྲན་པ་དང་། ཞི་གནས་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་དང་། སེམས་གནས་སྤྱིའི་  
 མཚན་ཉིད་དང་། ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་སོ་སོར་བྱེ་བའོ། ཇིང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 སེམས་སྤྱིམ་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྟོག་པས་བར་དུ་ཆོད་པ་ལ་འཇུག་པ་  
 དང་། བར་དུ་མ་ཆོད་པར་འཇུག་པ་དང་། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇུག་པའོ།  
 དང་པོ་ལ་གཉིས་ཉེ། ཐོག་མར་སེམས་ཉེ་བར་གཏོད་པ་དང་། སེམས་མི་  
 འཆར་བར་འཛིན་པའོ། ཇིང་པོ་ནི། ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་  
 ལ་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་མདོར་བསྟུན། གཟུགས་དང་  
 ཚོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་སེམས་ཐོགས་བཅས་  
 ཐོགས་མེད་དང་། རྒྱའི་གཟུགས་དང་འབྲས་བུའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་ཇི་སྟེད་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱེད་པར་བྱ་བ་གཟུགས་དང་ཚོར་བ་སོགས་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་མཐའ་དག་འདུ་བར་བྱ་བའི་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ལྟར་པོ་ཙམ་གང་





ཡིན་པ་དང་། ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་སོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་མཐའ་དག་  
 འདུ་བར་བྱ་བའི་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་གཟུགས་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་སེམས་...  
 བཞག་པར་བྱའོ། །གཟུགས་དང་ཆོར་བ་སོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྩ་མ་འདུས་  
 པའི་ཕུང་པོ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཐོགས་བཅས་སོགས་གཟུགས་ཅན་དང་།  
 ཆོར་བ་སོགས་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་སོ། །འདིས་ནི་གང་  
 ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་ཡུལ་བསྟན་ནོ། །རེ་ཞིག་དངོས་པོ་རྩ་མ་  
 འདུས་པའི་རྟེན་ཆོས་ཅན་དེ་ལ་དམིགས་པར་རིགས་སོ། །དེ་དགོས་པ་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཞེ་ན། ཞི་གནས་ལ་སྟོབ་པའི་ལས་དང་པོ་པའི་སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་  
 བའི་ཉེས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་རུའོ། །གང་གི་ཆོ་ཆོས་རྩ་མ་འདུས་པའི་རྟེན་  
 ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་སེམས་ཡང་དང་ཡང་རྩ་བ་ཏད་པས་གོམས་པའི་སྟོབས་...  
 ཀྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཁྱེད་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ཕུང་པོ་ལྔ་དང་ཁམས་བཙུ་  
 བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་སེམས་དམིགས་པ་སྟོ་ལེན་བྱེད་པའི་བྱེ་.....  
 བྲག་གིས་གཞན་དང་གཞན་ལ་ཡང་སེམས་དམིགས་པས་ན་རྒྱས་པར་.....  
 དམིགས་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཏེ། ཆོས་ཅན་རྒྱས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཚུལ་ཡང་  
 དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། རྣལ་  
 འབྱོར་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་.....  
 དམིགས་པའི་རྣམ་པར་མང་རྩ་བ་ཀའ་སྟུལ་ཏོ། །ཁྲི་ལྟར་ན་དམིགས་པ་རྩ་  
 མ་ཡོད་ཅེ་ན། སྟོང་པ་ཉིད་རྣམ་པར་བཙུང་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་མང་རྩ་བ་ཡོད་དོ། །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་  
 དམིགས་པ་རྣམ་པ་རྩ་མ་ཡོད་པ་དེ་བས་ན། ཆོས་མངོན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་སྟོ་འདོགས། དཔུང་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོའི་རབ་རྩ་བ་ཏད་བྱེ་བ་མང་རྩ་





བསྟན་ཏོ། །རི་ལྷར་ན་སྒྲོ་འདྲིགས་དབྱེད་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་རྩ་མར་  
 རྣམ་པར་སྤྱེ་ཞེ་ན། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་དམིགས་ལུལ་གྱི་དངོས་པོ་  
 མིག་སྟགས་གཟུགས་ཅན་དང་ཚོར་བ་སྟགས་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་...  
 སྟགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་མདོར་བསྟུས་པ་ལུང་པོ་ལྟ་དང་། བར་མ་སྒྱེ  
 མཆེད་བརྩ་གཉིས་དང་། རྒྱས་པ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དག་ཏུ་སྤྱེ་བ་དག་གིས་  
 སྟ། །དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྷར་རྣམ་པར་སྤྱེ་བར་མཛད་ཅེ་ན། བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རི་སྒྲེད་པ་ལ་མཁལ་པའི་སྒྲོ་བསྒྲེད་...  
 པས་པན་གདགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རུའོ། །མཛོད་ལས། རྒྱུངས་དབང་  
 འདོད་པ་གསུམ་གྱི་ཕྱིར། །ལུང་པོ་ལ་སྟགས་གསུམ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་སྟ། །  
 དམིགས་པ་རི་སྒྲེད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་མ་ཡིངས་པར་སྒྲོ་བཏང་ནས་གྲངས་མ་...  
 འཆོལ་བར་ཡིད་ཀྱིས་བགྲང་ངོ་། །དཔེར་ན་རྒྱུང་ལ་དམིགས་པའི་ཉིང་རེ་  
 འཛིན་ཀྱིས་དབྱུགས་འབྱུང་རྩལ་གྲངས་མ་འཆོལ་བར་ཡིད་ཀྱིས་བགྲངས་...  
 ནས་ཞི་གནས་སྒྲིང་བ་བཞིན་ནོ། །གང་གི་སྒྲོ་ནས་ཞེ་ན། ཆོས་ཅན་སོ་སོ་བ་  
 རྣམས་ལུང་པོར་བསྟུ་བ་དང་། ཁམས་ལ་སྟགས་པར་བསྟུ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྟ། །  
 དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དངོས་པོ་ལ་གྲངས་མང་ཉུང་དང་། དབྱེ་བསྟུ་ལ་  
 སྒྲོ་འདྲིགས་པ་དང་། རྒྱར་པ་འདེབས་པ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་ལོ། །གཉིས་པ་  
 སེམས་མི་འཆོར་བར་བསྟན་པ་ནི། དམིགས་པ་ལ་སེམས་བཏང་པའི་རྗེས་  
 དེ་ནས་གཟུགས་སྟགས་ཀྱི་དངོས་པོ་སོ་སོ་བ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་...  
 པའི་བྱེ་བྲག་སྤྱེ་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པའི་རྟེན་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་...  
 ལན་གཅིག་མ་ཡིན་པ་ཡང་ནས་ཡང་རྩ་རྒྱན་རྩ་འཇུག་པ་སྟེ་བཞག་པར་...  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་རྟོགས་པས་བར་ཆོད་པར་འཇུག་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། འཕྲོས་ན་



སེམས་སྐྱར་གཞོན་པ་དང་། གནས་པ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དང་། བརྟན་པ་  
 མཐུ་བསྐྱེད་པ་དང་། གཡེང་བ་བསྐྱོག་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་འབྲེལ་  
 བའི་ཉེས་པ་བསྐྱོག་པ་ལྟ། །དང་པོ་ནི། དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཡང་དང་ཡང་  
 ཏུ་གཏོད་པ་གང་གི་ཆོ་བར་སྐབས་སུ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་སེམས་  
 བྱེ་རོལ་ཏུ་གཡེང་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཆོ་བར་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སེམས་རྣམ་  
 པར་གཡེང་བར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་གཉེན་པོ་མི་སྤྲུག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་  
 ངེ་འཛིན་བསྐྱོམས་པས་འདོད་ཆགས་གྱིས་སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་  
 ཉེས་པ་ཞི་བར་བྱ་ཞིང་སེམས་གནས་པར་བྱལ། །གཉིས་པ་གནས་པ་བརྟན་  
 པར་བྱེད་པ་ནི། སྐར་ཡང་ལྷུར་ཏུ་སྤྲུམ་འདི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་བྱེ་  
 བྱེར་གཞུག་པར་བྱལ། །འོ་ན་མི་སྤྲུག་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམ་པའི་གོ་རིམ་རི་  
 ལྟར་བྱ་ཞིན། སྐྱམ་རིམ་དང་པོ་འདིར་ཡི་གེ་མང་གྱིས་དོགས་པས་མ་བྲིས་  
 སོ། །འདིའི་སྐྱམ་ཚུལ་ནི་མཛོད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ཏུ་བཤད་ཟིན་པས་དེར་ཁོང་  
 ཏུ་ཆུད་པར་བྱལ། །གསུམ་པ་བརྟན་པ་མཐུ་བསྐྱེད་པ་ནི། དམིགས་པ་ལ་  
 སེམས་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་གཏོད་པ་གང་གི་ཆོ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སྐྱོན་ས་  
 ཡུལ་དེ་ལ་སེམས་འཛོག་པ་མི་དགའ་བར་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་བར་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ལྷ་བས་ཡུལ་དེ་ལ་སེམས་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ལ་དགའ་བར་  
 སྐྱོམ་ཞིང་། སྐར་ཡང་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་གནས་པར་བྱལ། །བཞི་པ་གཡེང་བ་  
 བསྐྱོག་པ་ནི། སེམས་གང་ལ་གཏོད་པའི་དམིགས་པ་དེ་ལས་སེམས་གཞན་  
 ཏུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ལ་ཉེས་པར་ལྷ་བས་ཞི་གནས་ལ་མི་དགའ་བ་རབ་ཏུ་  
 ཞི་བར་བྱལ། །ལྔ་པ་ཉིང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་པ་བསྐྱོག་པ་ནི། ཞི་  
 གནས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་གཉིས་ཡིན་པས་གང་གི་



ཆོ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་དུས་སུ་རྒྱགས་པ་དང་གཉིད་ཀྱིས་ནོན་ཏེ་ཞི་.....  
 གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་འཛིན་པ་ལ་རུས་པ་རྒྱུད་དུ་སོང་བས་དམིགས་པ་མི་...  
 གསལ་ཞིང་སེམས་བྱིང་བར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་སེམས་བྱིང་བའི་གཉེན་པོ་ཡུལ་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེན་དུ་གསལ་བའི་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་སྒྲིམ་པའི་མཚོག་དུ་.....  
 དགའ་བའི་དངོས་པོ་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱུ་ལ་དམིགས་ཏེ་སངས་...  
 རྒྱས་རྗེས་དྲན་གྱི་མདོ་ལས་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་བྱིང་.....  
 བའི་སྦྱོན་བསལ་ལ། ཡང་སྤར་གྱི་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་  
 གཞན་དུ་མི་འཆོར་བར་དམ་དུ་བབྱུང་ངོ་། །དབུ་མ་སྦྱིང་པོ་ལས། དམིགས་  
 པའི་ཀ་བ་བརྟན་པོ་ལ། དྲན་པའི་ལྷགས་ཀྱས་རིངས་དབང་བྱ། ཞེས་པ་  
 ལྟར་རོ། བྱིང་བ་བསལ་བ་ན་ཅིས་ཏེ་གང་གི་ཆོ་སྦྱོན་དུ་ཆོད་པ་དང་གཅོས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ལ་དྲན་ཞིང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པའི་བར་བར་དུ་  
 སེམས་ཡུལ་གཞན་དུ་འཕྱོས་ནས་ཆོད་པའི་ཉེས་པ་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་མི་.....  
 རྟག་པ་ལ་སོགས་ཡིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་དངོས་པོ་...  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཏྟ་ཆོད་ལྟ་བུར་གཡོ་བའི་ཆོད་པ་ཞི་བར་བྱའོ། །གསུམ་པ་  
 སེམས་བར་མ་ཆད་པར་འཇུག་པ་ནི། བྱིང་ཆོད་ཞི་བར་བྱས་པའི་རྗེས་དེ་  
 རས་ཡང་སྤར་གྱི་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་བྱིང་ཆོད་ཀྱི་སྦྱོན་དང་...  
 བྲལ་ཞིང་། སེམས་བསྐྱེམས་པའི་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་  
 དམིགས་པར་ལ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་  
 ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇུག་པ་ནི། གང་གི་ཆོ་བྱིང་ཆོད་མེད་པར་སེམས་རང་  
 གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་ལ་བསྐྱབས་པ་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་སྦྱོན་བྱིང་བ་དང་ཆོད་...  
 པ་གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་ཏེ་བྱིང་ཆོད་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མ་སྤྱང་བར་སེམས་...





མཉམ་པར་འབྲུག་ཅིང་། གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་སེམས་རང་གི་ངང་གིས་  
 སེམས་དམིགས་པ་ལ་འབྲུག་པ་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་སེམས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བྱིང་.....  
 རྟོན་སེལ་བའི་སྟེལ་བ་སྟོང་དེ་བྱིང་རྟོན་མེད་པའི་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱའོ། །  
 དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་བྱིང་རྟོན་སེལ་བའི་ཚོལ་བ་སྟོང་ཅེན། གལ་ཏེ་བྱིང་  
 རྟོན་གྱི་སྟུགས་སུ་མ་ལྟར་བར་སེམས་མཉམ་པར་འབྲུག་བཞིན་པ་ལ་བྱིང་.....  
 རྟོན་སེལ་བའི་སྟེལ་བ་བྱས་ན་སྤར་ཡང་སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་བར་ཐལ་.....  
 བའི་སྟོན་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ཞི་གནས་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་ནི། སེམས་མཉམ་  
 པར་འབྲུག་པ་གང་གི་ཆེ་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་བྱིང་རྟོན་སེལ་  
 བའི་འབད་པ་མངོན་པར་འདུ་བྱིང་པ་མེད་པ་ཇི་སྟེང་འདོད་ཀྱི་བར་དུ་.....  
 སེམས་རང་གི་ངང་གིས་དམིགས་པ་ལ་འབྲུག་པར་ལྷུང་བ་དེའི་ཆེ་ཞི་.....  
 གནས་རྫོགས་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཞི་གནས་སྒྲིབ་མཆོན་  
 ཉིད་བསྟན་པ་ནི། ཞི་གནས་ཀྱི་ངོ་པོ་ཉིད་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 སེམས་ཚེ་སྟེ་དམིགས་པ་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་འབྲུག་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པའི་.....  
 ཕྱིར། གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་  
 སེམས་རྒྱན་ཆགས་སུ་འབྲུག་པར་འདི་ནི་ཞི་གནས་སྒྲིབ་མཆོན་ཉིད་ཡིན།  
 ཞི་གནས་དེའི་དམིགས་པ་ལ་ནི་འདི་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་མཐའ་གཅིག་དུ་ངས་པ་.....  
 མེད་དོ། །གཉིས་པ་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་སོ་སོར་བྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སེམས་  
 གནས་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་ལུང་དང་། དེ་བཤད་པ་དང་སྤྱར་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། ཞི་གནས་སྟོན་པའི་ཐབས་ཀྱི་ལམ་འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱང་བཤད་དེ། བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་  
 ལྷལ་པ། དེ་ལ་སེམས་འཛིན་གྱི་ཞེས་སོགས་ཆོག་དག་སྟོན་སོ། །དེ་ལ་







སེམས་འཛིག་གོ་ཞེས་པ་དང་། ལྷན་ཏེ་འཛིག་གོ་ཞེས་པ་དང་། ལྷན་ཏེ་འཛིག་གོ་ཞེས་པའི་ཚིག་བཞི་པོ་འདིས་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉེ་བར་གཏོད་པའི་ཚུལ་བསྟན་ནོ། །འདུལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞི་བར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་ཚིག་གསུམ་གྱིས་ནི་ཞི་གནས་གྱི་མི་མཐུན་སྦྱགས་བྱུང་བའི་ཆེ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ་.....བསྟན་ནོ། །ཆེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་དོ། །མཉམ་པར་འཛིག་གོ་ཞེས་པའི་ཚིག་གཉིས་གྱིས་ནི་ཞི་གནས་གྲུབ་པ་དང་། བྱུང་པར་ཏུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་གཉིས་བསྟན་ནོ། །གཉིས་པ་བཤད་པ་དང་སྒྲུབ་བཞི། དེ་ལ་འཛིག་ཅེས་པ་ནི། ཐོག་མར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་འཛིག་པ་སྟེ་གཏོད་པའོ། །ལྷན་ཏེ་འཛིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། དམིགས་པ་ལ་སེམས་བཏད་པ་རྩམ་གྱིས་མི་འགྲུབ་པས་གང་དམིགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཉིད་ལ་སེམས་ལྷན་ཏེ་འཛིག་པའོ། །གལ་ཏེ་བར་སྐབས་སུ་སེམས་གཞན་ཏུ་ཡེངས་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ལྷན་ཏེ་འཛིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི། སྒྲར་སེམས་གཞན་ཏུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ན་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྒྲར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ལྷན་ཏེ་གཡེང་བ་སྦྱང་བའོ། །གལ་ཏེ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ལྷན་ནས་ཡང་འཕྲོས་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ཉེ་བར་འཛིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ལྷན་ནས་ཀྱང་རྣམ་པར་གཡེང་བར་གྱུར་ནས་ཡང་ལྷན་ཏེ་གཡེང་བ་སྦྱངས་ནས་ཐུང་ཐུང་ཏེ་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བསྟན་པ་སྟེ། བཙུག་འགྲུས་བསྐྱེད་ནས་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཡང་འཛིག་གོ། །ཡང་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡང་དང་ཡང་ཏུ་བསྒྲིམས་པས་སྐྱོ་བ་སྐྱེས་ནས་སྒྲིམ་པར་མི་འདོད་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། འདུལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྒྲིམ་པར་མི་འདོད་པ་འདུལ་བའི་.....





དོན་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཕན་ཡོན་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་སྐྱེལ་པ་  
 ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའོ། །གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པས་  
 རྒྱུད་འབྲུགས་པར་ཐུར་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ལ་མི་དགའ་བའི་  
 སྒོ་སྐྱེས་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ཞི་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། སེམས་གཞན་དུ་  
 རྣམ་པར་གཡང་བའི་ཉེས་པ་མཐོང་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ལ་  
 མི་དགའ་བ་གཞན་པོས་རབ་དུ་ཞི་བར་བྱེད་པའོ། །རྣམ་པར་གཡང་བའི་  
 ཉེས་པ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མི་མཐུན་སྒྲུགས་བརྒྱུ་སེམས་དང་ཡིད་མི་  
 བདེ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །གལ་ཏེ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཉེས་པ་རྒྱུད་དུ་གཉིད་  
 དང་རྒྱགས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་ན་ངེ་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། རྣམ་པར་ཞི་བར་  
 བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བྱིང་ཆོད་ཀྱི་ཉེས་པ་རིག་པའི་སྐྱོས་རྒྱགས་པ་དང་  
 གཉིད་ལ་སོགས་པ་སེམས་རྒྱུད་ལ་རྒྱུད་ལྟར་ལངས་པ་རྣམ་པར་སེལ་བར་  
 བྱེད་པའོ། །དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཡང་ཡང་གཏོད་པ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་  
 མི་མཐུན་སྒྲུགས་གང་བྱུང་བ་སེལ་བར་བྱས་པ་ན་མཐར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་བྱེད་པ་ནི་ངེ་སྲིད་འདོད་ཀྱི་བར་དུ་བྱིང་ཆོད་ཀྱི་གོ་  
 སྐབས་མི་འབྱེད་པར་དམིགས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་འཛིན་པའོ། །ད་ནི་  
 འབད་པ་བྱེད་མི་དགོས་སོ་ཞེ་ན། བྱིང་ཆོད་ཀྱི་གཞན་པོ་མངོན་པར་འདུ་  
 བྱེད་པ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པས་སེམས་དང་གིས་འབྲུག་པར་གནས་པ་ཐོབ་  
 པའི་དོན་དུ་འབད་པར་བྱེད་པའོ། །འོ་ན་ཉིང་དེ་འཛིན་ཁྱད་པར་དུ་ཐུར་  
 པ་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། མཉམ་པར་འཛོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི།  
 སེམས་ཀྱི་བྱིང་ཆོད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུགས་སུ་མ་ལྟར་བར་སེམས་མཉམ་པར་ཐུར་  
 པ་ཐོབ་པ་ན་སེམས་བཏང་སྒྲུམས་སུ་བྱེད་པ་སྟེ་བྱིང་ཆོད་གཉིས་མེད་པར་





སེམས་མཉམ་པར་གྱུར་པས་དམིགས་པ་འཛིན་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཚོག་གོ།  
 ཚོག་དགུ་པོ་འདི་རྣམས་ཀྱི་དོན་འདི་ནི་འཕགས་པ་བྱམས་པ་དང་། སྔོན་  
 གྱི་བསྟན་བཅོས་མཁན་པོ་ཐོགས་མེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ།  
 བཞི་པ་ཉེས་པ་སྤྱང་བའི་ཡན་ལག་ལ་བཞི་སྟེ། སྤང་བྱ་དོས་བབྱང་། གཉེན་  
 པོ་བཤད་པ། གཉེན་པོའི་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དགོད་པའོ།  
 དང་པོ་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཉེས་པ་མདོར་བསྟན། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཉེས་པ་བྱུག་ཡོད་དེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པ་ལ་མི་སྤྱོད་པའི་ལེ་ལོ་དང་།  
 གདམས་ངག་གི་དོན་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་བརྟེན་པ་  
 དང་། དམིགས་པ་མི་གསལ་བའི་བྱིང་བ་དང་། སེམས་ཕྱིར་འཕྲོ་བའི་ཚོད་  
 པ་དང་། བྱིང་ཚོད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ལ་མི་ཚུལ་བ་དང་། བྱིང་ཚོད་ཞི་ནས་ཚུལ་  
 བའོ། ཉེས་པ་འདི་དག་གིས་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྦྱར་བ་དང་། དངོས་གཞི་  
 དང་། བྱང་པར་བྱ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ལ་སྒྲིབ་སྟེ། ལེ་ལོས་ཉིང་  
 ངེ་འཛིན་ལ་སྦྱར་བར་མི་འདོད་ཅིང་། དམིགས་པ་བརྟེན་པས་མཉམ་པར་  
 འཛིག་མི་ལུས་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱིང་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་  
 པར་འཛིག་པའི་རུས་སུ་སེམས་མི་གསལ་བ་དང་། སེམས་ཕྱིར་འཕྲོ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་ཚུལ་བ་དང་ཚུལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 བྱང་པར་བྱ་གྱུར་པ་ལ་སྒྲིབ་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གསལ་བའི་རྒྱན་གཅིད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས། ལེ་ལོ་དང་ནི་  
 གདམས་ངག་རྣམས། །བརྟེན་དང་བྱིང་དང་ཚོད་པ་དང་། །འདུ་མི་བྱེད་  
 དང་འདུ་བྱེད་དེ། །འདི་དག་ཉེས་པ་ལྟར་འདོད་དོ། ཅེས་སོ། །འདིར་བྱུག་  
 རུ་བཤད་པ་ནི། བྱིང་ཚོད་གཉིས་སོ་སོར་བབྱངས་པའོ། །གཉིས་པ་གཉེན་





སྔ་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལོ། །  
 དང་པོ་ནི། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཉེས་པ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་ནམས་གྱི་གཉེན་  
 སྔར་སྤྲོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྟུན་བསྟོམ་མོ། །བརྟུན་སྔ་གང་ཞེ་ན། འདུན་  
 པའི་རྒྱ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་དང་། ཚུལ་བའི་རྒྱ་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་བསྟོམ་པ་ལ་འདུན་པ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་དངོས་སུ་ཞུགས་པའི་  
 ཚུལ་བ་དང་། ཚུལ་བའི་འབྲས་སུ་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པ་སྟེ་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་ལོ། །  
 གདམས་ངག་བརྗེད་པའི་གཉེན་པོ་དུན་པ་དང་། བྱིང་སྟོང་གྱི་གཉེན་པོ་  
 ཤེས་བཞིན་དང་། གཉེན་པོ་འདུ་མི་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་སེམས་པ་དང་།  
 འདུ་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་བཏང་སྟོམས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི།  
 གཉེན་པོ་བརྟུན་ཡོད་པ་དེ་ལ་དད་པ་ལ་སྐྱེས་པ་གོང་མ་བཞི་པོ་ནི་དང་།  
 དེ་འཛིན་སྟོམ་པ་ལ་མི་སྟོབ་བའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཏེ་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་  
 ཚུལ་འདི་ལྟར། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྟུན་དང་མདོར་ཤེས་ལ་སྐྱེས་  
 པ་ཐོབ་པ་དག་ལ་མདོར་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་.....  
 དད་པས་རྒྱལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་འདོད་པ་སྟེ་བའི་བྱིར་...  
 པོ། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་འདོད་པ་སྟེས་པ་དེ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་བསྟོམ་པར་  
 འདོད་པས་བཙོན་འགྲུས་ཚོམ་མོ། །བཙོན་འགྲུས་བཙམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 རྒྱལ་འབྱོར་པ་དེའི་ལྷས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་རུ་བྱེད་དོ། །ལྷས་  
 སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་རྗེས་དེ་ནས་ལྷས་དང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པར་...  
 བྱུར་པ་ཐོབ་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མི་སྟོབ་བའི་ལེ་ལོ་བསྟོག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་  
 འདི་བཞི་ནི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་ལོ། །དད་པ་སྐྱེས་བཞི་པོ་ཐོབ་ན་ལེ་ལོ་  
 བསྟོག་པ་དེ་བས་ན། དད་པ་དང་འདུན་པ་ལ་སྐྱེས་པ་བཞི་ནི་ཉིང་དེ་





འཛིན་བསྒྲིམ་པ་ལ་མི་སྤྱོད་བའི་ལོ་ལྷ་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར་བསྒྲིམ་མོ། །གདམས་  
 དག་གི་དོན་མི་བཟེད་པའི་དྲན་པ་ནི་དམིགས་པ་བཟེད་པའི་གཉེན་པོ་སྟེ།  
 གང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བའི་དམིགས་རྣམ་མི་བཟེད་པར་འཛིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཤེས་བཞིན་ནི་དངོས་གཞི་ལ་སྤྱིབ་བྱེད་ཀྱི་བྱིང་བ་དང་ཚོད་པའི་  
 གཉེན་པོ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་བཞིན་དེས་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པའི་དུས་སྟེབ་བ་  
 དང་ཚོད་པ་བྱང་བ་རྟོགས་ནས་དེ་སྤྱོད་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། བྱིང་བ་  
 དང་ཚོད་པ་བྱང་ནས་རབ་རྒྱ་མ་ཞི་བའི་དུས་ན། བྱིང་ཚོད་ཞི་བ་ལ་མི་ཚུལ་  
 བ་ཡང་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཉེས་པ་སྟེ། དེའི་གཉེན་པོར་ནི་གཉེན་པོ་མངོན་  
 པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་སྒྲིམ་མོ། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
 པའི་དུས་སྟེབ་བ་དང་ཚོད་པ་རབ་རྒྱ་ཞི་སྟེ། གང་གི་ཆེ་སེམས་བྱིང་ཚོད་  
 ཀྱི་རྒྱུད་གིས་མི་བསྐྱེད་པར་སེམས་རྣལ་དུ་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་བྱིང་ཚོད་སེལ་  
 མི་དགོས་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་ལ་ཚུལ་བ་བྱས་ནའང་ཉེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 གཉེན་པོར་མཉམ་པར་འཛོག་པ་དེའི་ཆེ་འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་སྒྲིམ་མོ། །  
 གསུམ་པ་གཉེན་པོའི་བྱེད་པ་བསྟན་པ་ནི། གཉེན་པོ་རྣལ་འབྱོར་པ་གང་  
 དག་ཉེས་པ་ལྷ་སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་པོ་ཇི་སྐད་བཟོད་པ་དེ་དག་དང་  
 ལྷན་ན་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཤེན་རྒྱ་ཁྱུགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཏིང་ངེ་འཛིན་དེས་རྩལ་  
 འཕྲུལ་དང་ལྷའི་རྣ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་པ་རྣམས་སྤྱབ་པར་  
 བྱེད་དོ། །བཞི་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དགོད་པ་ནི། སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་  
 དང་ལྷན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་རྩལ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་བས་ན།  
 མདོ་ཐེ་ལས། སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པའི་རྩལ་གྱི་རྐང་པ་  
 བསྒྲིམ་མོ་ཞེས་བཀའ་ལྷུལ་ཏོ། །ལྷ་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་





ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཁི་གནས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པ་ཐོབ་པ་ན་སེམས་ཚེ་གཅིག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཕྱི་ཕྱིར་ཏེ། སྤར་ལས་གོང་ནས་གོང་དུ་སེམས་ལས་སྤྱུ་རུང་བ་ཉིད་དང་ལྡན་ཞིང་། དམིགས་པ་སྤར་ལས་གསལ་བ་དང་། སེམས་རྒྱད་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ཤིན་ཏུ་འབྲས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀྱི་བྱད་པར་ཐོབ་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཡན་ལག་གིས་འོག་ས་ལས་འདའ་བར་བསམ་གཏན་དང་། དམིགས་པས་འོག་ས་ལས་འདའ་བ་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། སྤྱལ་པ་བྱེད་པའི་གོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བས་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། དམིགས་པ་ལ་སྤྱལ་སྒྱུར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པས་བྱེད་ལ་གཞོད་ལ་སོགས་པའི་མིང་ཐོབ་པོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་ལྟར་གང་གི་ཆེ་དངོས་གཞིའི་ཆོར་བ་དགའ་བདེ་མ་ཐོབ་པས་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཆོར་བ་དང་ལྡན་ཞིང་ཉིང་དེ་འཛིན་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། དཔྱད་པ་དང་བཅས་པར་ལྷུར་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དེའི་ཆེ་མི་ལྷོགས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་ཁམས་གསུམ་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པ་སྤྱོད་པའི་གཉེན་པོ་མ་ལུས་པ་རྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་དངོས་གཞིའི་བསམ་གཏན་དང་པོར་སྒྱུར་བར་བྱེད་པའི་སེམས་སོ། །འདི་ལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དུག་སྟེ། མཚན་ཉིད་རབ་ཏུ་རིག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། མས་པ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་དབེན་པ་དང་། དགའ་བ་སྤྲད་པ་དང་། དཔྱད་པ་དང་། སྒྱུར་བའི་མཐའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །སྒྱུར་བའི་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་དངོས་





གཞིར་གཏོགས་སོ། །མཚན་ཉིད་རབ་རྒྱ་རིག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་སྒྲིམ་  
 པར་བྱ་བའི་རང་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཐོས་བསམ་འདྲེས་མའི་སྒྲིམ་པ་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པའོ། །མོས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ནི། ཐོས་བསམ་ལས་འདས་ནས་སྒྲིམ་  
 བྱང་གིས་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །རབ་རྒྱ་དབེན་པའི་ཡིད་  
 བྱེད་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྒྲིམས་པས་འདྲོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཆེན་པོ་གསུམ་  
 སྤྱང་བའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པའོ། །དགའ་བ་སྤྱད་པ་ནི། སྤར་ལས་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 གྱི་རྒྱས་པ་བྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པས་འདྲོད་པའི་ཉོན་མོངས་འབྲིང་པོ་གསུམ་  
 སྤྱང་བའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པ་དང་། ཤིན་རྒྱ་སྤངས་པའི་རྒྱས་པ་ཆུང་བུ་ཐོབ་  
 པའི་གནས་སྐབས་སྤྱད་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི། འདྲོད་པའི་ཉོན་མོངས་  
 གྱི་ལྷག་མ་མ་ལུས་དབྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །སྤྱར་བའི་མཐའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
 ནི། ཉོན་མོངས་པའི་ལྷག་མ་ལུས་པར་ཤེས་ནས་སྤར་ཡང་བཙོན་འགྲུས་  
 བཙུམས་ཏེ། འདྲོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཆུང་བུ་སྤྱང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །  
 རྒྱས་པར་ནི་ཕར་ཕྱིན་གྱི་དཀའ་འགྲེལ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཟིན་ཏོ། །བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་ཉེར་བསྒྲིགས་རྫོགས་ཟིན་ནས་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་གང་གི་ཆེ་.....  
 སྤངས་པའི་བྱད་པར་འདྲོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡེ་ལ་སྤྱེད་པ་དང་། སྤྱིག་པ་མི་  
 དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་དང་བྲལ་ཞིང་། འོག་སའི་གཤེན་པོའི་ཡན་ལག་རྟོག་  
 པ་དང་དབྱེད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་། བན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིད་ཤེས་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པའི་ཆ་ནས་དགའ་བ་དང་། དབང་ཤེས་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཆ་  
 ནས་བདེ་བ་དང་། ཡང་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་རྒྱ་བྱང་བའི་ཆོར་བ་དགའ་བ་  
 དང་། དབང་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་རྒྱ་བྱང་བའི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་ལྡན་པར་  
 བྱུར་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ངེ་ལ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ཆལ་འབྱོར་





སྟུང་པ་བས་ནི་ཚོར་བ་སེམ་པར་ཉམས་སུ་བྱུང་བ་གཅིག་ཉིད་ལ་ཡིད་ཤེས་  
 ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཆ་ནས་དགའ་བ་དང་། དབང་ཤེས་ལ་ཕན་འདོགས་  
 པའི་ཆ་ནས་བདེ་བ། ཞེས་འདོད་དོ། མདོ་ཞེ་པས་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་རུ་  
 བྱང་བའི་ཚོར་བ་ལ་དགའ་བ་དང་། དབང་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་རུ་བྱང་བའི་  
 ཚོར་བ་ལ་བདེ་བ་ཞེས་འདོད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་དེ་  
 ཉིད་རུ་གཏོགས་པ་ལས་ཡན་ལག་རགས་པ་རྟོག་པ་ཅམ་ཞིག་མེད་ལ་.....  
 དཔྱད་པ་ལྟས་པ་དེ་ནི་བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་ལ་ཡན་ལག་རགས་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལ། སྤ་བ་  
 ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་བྱད་པར་ཡོད་པས་ཅམ་པོ་དང་བྱད་.....  
 པར་ཅན་གཉིས་སུ་བྱེ་ལ། བསམ་གཏན་གཞན་རྣམས་ལ་བསམ་གཏན་  
 དང་པོ་ལྟར་ཡན་ལག་རགས་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལ་སྤ་བ་ལ་.....  
 འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་བྱད་པར་མེད་པས་ཅམ་བྱད་གཉིས་སུ་མ་.....  
 བཞག་གོ། །ཤང་གི་ཆོ་སེམས་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་དང་  
 བྲལ་ཏེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་སའི་སྲིད་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་  
 བས་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་རྟོག་མ་དང་བྲལ་བའི་ནང་ཡོངས་  
 སུ་དང་བ་དང་། ཕན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་དང་ལུན་  
 པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་བསམ་གཏན་གཉིས་ཞེས་པ་བྱའོ། །བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་ཡན་ལག་གི་དགའ་བདེ་གཉིས་ནི་མི་དགེ་བ་ལས་གསར་རུ་དབེན་.....  
 པའི་དགའ་བདེ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བདེ་  
 ཡིན་པས་གཉིས་པོའི་བྱད་པར་དེའོ། །ཤང་གི་ཆོ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་  
 སའི་དགའ་བདེ་གཉིས་ཀྱི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གཉེན་པོའི་







ཡན་ལག་འདུ་བྱེད་བཏང་སྒྲིམས་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་དམིགས་རྣམ་མི་  
 བརྟེན་པའི་དྲན་པ་དང་། མི་མཐུན་སྒྲིགས་བྱང་མ་བྱང་ལ་རྟོག་པའི་ཤེས་  
 བཞིན་དང་། སན་ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་སེམས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་དང་ལྷན་  
 པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱའོ། །བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དགའ་བ་དང་འདྲིའི་དགའ་བ་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་.....  
 ཡོད་ཅེ་ན། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་ཚོར་བ་སེམ་པར་ཉམས་སུ་  
 ཟུང་བ་ཙམ་དུ་གཅིག་ཀྱང་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་དུས་སུ་དགའ་བ་ཉོན་མོངས་...  
 པ་ཙན་དང་མ་བྲལ་ལ་འདྲིའི་དུས་སུ་བྲལ་བ་ནི་ཁྱད་པར་རོ། །གང་གི་ཆེ་  
 བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་སའི་སེམས་བདེའི་སྲིད་པ་དང་བྲལ་ཏེ། སན་  
 ཡོན་གྱི་ཡན་ལག་ཚོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་  
 དང་ལྷན་ཞིང་། གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་འདུ་བྱེད་བཏང་སྒྲིམས་དང་དྲན་པ་  
 དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདྲིར་ཤེས་  
 བཞིན་ཡན་ལག་དུ་མ་བཞག་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲིན་བརྒྱད་ལས་གྲོལ་...  
 བས་མི་མཐུན་སྒྲིགས་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མེད་པའི་སྒྲིམས་པར་  
 འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐོབ་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལས་འདའ་བའི་དོན་  
 དུ་གཉེན་པོ་ནམ་མཁའ་དེ་དམིགས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ནམ་མཁའ་འདུ་  
 ཤེས་ཀྱང་རགས་པར་མཐོང་ན་ནམ་མཁའ་འདུ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི་དོན་དུ་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་དང་། ནམ་མཁའ་ཡུལ་ཙན་གྱི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱང་རགས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་དོན་དུ་རྣམ་...  
 ཤེས་རགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་པ་ལ་འཇུག་གོ། །འདུ་ཤེས་





རགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འདུ་ཤེས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་...  
 བའི་དོན་དུ་འདུ་ཤེས་རགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན། སྤྱི་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་དེ་སྟོན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་འཇུག་གོ། གཞན་  
 ཡང་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་བཟླ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་.....  
 བརྒྱད་དང་། དབྱེབས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྟེ་མཆེད་དང་། ཁ་དོག་ཟིལ་  
 གྱིས་གཞོན་པའི་སྟེ་མཆེད་དང་། ཟད་པར་བརྩུ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 དམིགས་པ་མི་འདྲ་བ་དང་། རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་དང་། བྱེད་ལས་མི་འདྲ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། དཔལ་བར་  
 འགོ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། སྟེ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། རིན་ཆེན་  
 ཟུག་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་འཕྲོ་བ་པོ་ཞེས་སྒྱུར་བར་...  
 བའོ། ཉིང་ངེ་འཛིན་སྟོན་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡན་ལག་བཞི་  
 ཡན་དུ་བྱ་སྟེ། དམིགས་པའི་ཡན་ལག་དང་རྣམས་པའི་ཡན་ལག་དང་།  
 གཞེན་པོའི་ཡན་ལག་དང་། རྩེས་སུ་དྲན་པའི་ཡན་ལག་གོ། ཞི་གནས་སྟོན་  
 པའི་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་སྟོན་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 ལྷག་མཐོང་གི་དགོས་པ་དང་། སྟོན་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་ལུང་དང་། ལུང་  
 གི་དོན་བཤད་པ་དང་། གཞན་གྱི་ལོག་རྟོག་བསལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། སྒྲིབ་པ་སྟོང་བའི་བྱེད་པ་དང་ཡན་པ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྒྱུར་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོང་དུ་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ཞི་གནས་ཀྱིས་  
 དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་བསྟན་པར་བྱས་ནས། ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་  
 རྟོགས་པའི་དོན་དུ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཞིབ་པར་རྣམ་པར་  
 དཔྱད་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་དགོས་པ་ནི་འདི་ལྟར་ཏེ། གནས་





ཚུལ་དོན་དམ་པ་རྟོགས་པའི་ཤེས་པའི་སྒྲིམ་བ་བྱུང་བས་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཀྱི་  
 ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཀུན་ཏུ་མོངས་པའི་ས་བོན་ཤིན་ཏུ་སྤྲོད་བར་ཀྱི་  
 འགྱུར་རོ། ཤིན་ཏུ་ཞེས་པ་ནི་མ་ལུས་པ་སྤྲོད་བ་དང་མི་ལྷག་པར་སྤྲོད་བའི་  
 དོན་ནོ། །དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དཔྱད་ནས་གནས་ཚུལ་  
 རྟོགས་པ་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ན། ལུ་སྒྲིགས་བྱེད་ཐམས་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་བཞིན་ཏུ་  
 གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་སྤྲོད་པ་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཙམ་གྱིས་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་སྤྲོད་བར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྲོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་།  
 སྤྲོད་པ་ཉིད་དང་བྲལ་བའི་སེམས། །འགགས་པ་སྒྲར་ཡང་སྟེ་འགྱུར་ཏེ། །  
 ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྒྱུར་བ་ནི། མདོ་སྡེ་ལས་  
 ཇི་སྐད་དུ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་སྒྲིམ་པར་བྱེད་མོད་ཀྱི། ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 སོ། །དེའི་དོན་ནི། ལྷག་མཐོང་དང་བྲལ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་སྒྲིམ་པར་  
 བྱེད་མོད་ཀྱི། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ནི་སྤང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་ལྷ་བ་དང་བཅས་  
 པའི་འདུ་ཤེས་འཇིག་པར་མི་བྱེད་པ་སྟེ། བདག་ཏུ་ལྷ་བ་སྤྲོད་མི་རུས་པ་འོ། །  
 བདག་ཏུ་ལྷ་བ་མ་སྤངས་པ་དེའི་རྒྱུ་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་ཡོད་པས་  
 རྒྱུ་དང་བྲལ་ན་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱིར་ལྡང་ཞིང་སེམས་རྒྱུད་རབ་ཏུ་འབྲུགས་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་རང་སྤྲོད་ཀྱི་བུ་ལྷག་སྤྲོད་ཀྱིས་འདྲིར་ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་བསྒྲིམས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཤེས་  
 བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྒྱུར་བ་ནི། ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་དེ་ལ་འཕགས་པ་  
 ལྟར་གཤེགས་པ་ལས། ཤེས་རབ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་མདོར་བསྐྱུས་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་བཀའ་བསྐུལ་ཏེ། སྒྲིལ་དོན་ཏུ་སྤྲོད་བ་སེམས་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་  
 ཏུ་རྟོགས་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་བཞེན་ནས་དོན་ཏུ་སྤྲོད་བ་ལས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་





ཏུ་བདེན་པར་མི་བརྟག་གོ། ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་  
 ཀྱང་། རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ཏུ་དམིགས་པ་ལས་ནི་དོན་ཐམས་ཅད་མི་  
 དམིགས་པ་ལ་འརྱག་གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །བཟུང་བ་མེད་ན་འཛིན་པ་  
 མེད་པའི་རིགས་པས་དོན་ཏུ་སྤང་བ་ཙམ་གྱི་སེམས་ཀྱང་བདེན་པར་མི་.....  
 དམིགས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་སུ་བསྒྲུབས་པས་སྒྲུབ་པའི་.....  
 ལྟོབས་གྲུབ་པ་ན་སེམས་ཙམ་ཏུ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་བར་....  
 གྱ། ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་ལས་ཀྱང་། དོན་ཐམས་ཅད་མི་  
 དམིགས་པ་ལས་ནི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་མི་དམིགས་པ་ལ་འརྱག་གོ། །འོ་  
 བ་གཟུང་འཛིན་སྤང་བ་མེད་པའི་རིག་ཙམ་ལ་གནས་པར་བྱའོ་ཞེ་ན།  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་མེད་པའི་རིག་ཙམ་ཡང་ཆད་མས་བདེན་....  
 པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་དེ་ཙམ་ཡང་མི་སྤང་བའི་རྣལ་....  
 འབྱོར་ལ་གནས་པར་བྱའོ། ཆོག་སྤྲུལ། སྤང་བ་མེད་ལས་བསྐྱབ་བར་གྱ། །  
 ཞེས་པའི་དོན་ནི། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་  
 རིག་རང་གསལ་ཙམ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་པའི་དོན་ནོ། ཆོག་སྤྲུལ། སྤང་མེད་  
 ལ་གནས་ཞེས་པའི་དོན་ནི། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་མེད་པའི་རིག་  
 ཙམ་ཡང་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པར་གྱ། ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་མེད་པའི་རིག་ཙམ་ཡང་མི་དམིགས་པའི་དེ་  
 བཞིན་ཉིད་ལ་སྒྲོ་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཐོང་....  
 བའི་ལམ་གྱིས་ཡང་དག་པའི་དོན་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་ངོ་། ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་ལས་ཀྱང་། མཚན་མ་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པས་  
 རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་སྤྱིར། དེ་ལ་མི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་མི་



རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། ཁྲིས་གསུངས་སོ། འདི་ནི་སྒྲིམ་པ་ཉི་པར་ཞི་པའི་  
 ཚོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གནས་སོ། སྒྲིམ་པ་ཞི་  
 པའི་ཚོས་ཉིད་ལ་གནས་ན་གཞན་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་ཅེན་སྒྲིམ་གྱི་.....  
 གཞན་དོན་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་ལམ་དག་གིས་སྤང་འདས་ལ་གཞོལ་བ་རྣམ་པར་  
 སྤངས་ནས་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་གོ། རང་དོན་རྟོགས་པའི་བྱད་པར་ནི།  
 ཡེ་ཤེས་དམ་པ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བ་མེད་པས་བདག་མེད་པ་.....  
 མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། ཁྲིས་བཤད་དོ། ཚོས་དང་ཚོས་ཉིད་  
 རྣམ་འབྱེད་ལས་ཀྱང་། དུལ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཅིང་། དམིགས་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཁྲིས་སོ། གསུམ་པ་ལྷང་གི་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་  
 བྱར་རྣམ་པར་ངེས་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་དོན་ནོ། རང་པོ་ལ་གསུམ་  
 རྟེ། གཟུང་བ་མི་དམིགས་པ་དང་། འཛིན་པ་མི་དམིགས་པ་དང་། གཉིས་  
 རྟོང་གི་རང་རིག་མི་དམིགས་པའོ། རང་པོ་ནི། ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་  
 གསུངས་པ་དེ་ལ་དོན་ནི་འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་ཡིན་ཏེ། གཟུང་བ་བདེན་  
 པར་མི་དམིགས་པའི་དོན་ནི། ལྷག་མཐོང་ལ་འཇུག་པའི་ཐོག་མར་རྣལ་  
 འབྱོར་པས་སྤྱོད་ལ་གྱི་གཟུགས་དང་། སྤྲོ་དང་། རང་གི་མིག་སོགས་སུ་སྤང་  
 བའི་ཚོས་གཟུགས་ཅན་གང་དག་དུ་སྤང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་ལ་.....  
 གྱི་དོན་དུ་བདེན་པར་བྱེ་བྲག་སྤྲོ་བ་དང་མདོ་སྤྲོ་བ་སོགས་གང་དག་གིས་.....  
 བཏགས་པ་དེ་དག་ལ་འདི་ལྟར་དབྱེད་དེ། ཅི་གཟུགས་སོགས་སྤང་བ་འདི་  
 དག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་དོན་གཞན་སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་  
 ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་གཟུགས་སོགས་དེ་ལྟར་དུ་སྤང་སྟེ། མི་ལམ་གྱི་  
 གནས་སྐབས་ན་རང་གི་ཤེས་པ་ཉིད་ལུ་སྤྲོ་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་ཇི་ལྟར་.....

བཞིན་ཡིན་ནམ་ཞེས་རིགས་པའི་ཤེས་པས་དབྱད་པར་བྱའོ། །ཚད་མ་མདོ་  
 ལས། ཡུལ་ཤེས་པ་དང་དེས་ཤེས་པའི། དབྱེ་བས་སྒྲོ་ནི་ཚུལ་གཉིས་ཉིད། །  
 ཅེས་སོ། །རྣམ་པར་དབྱད་པ་དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་དུ་  
 གྲུབ་པ་ཞིག་ཏུ་འདོད་ན་ནི། སྒྲོས་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པར་རབ་ཏུ་  
 བཤིག་ཏེ་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རྣམས་ཀྱང་། རྒྱག་གིས་གཅིག་ཆར་སྐྱར་བ་ན། །ཕྱ་  
 རབ་རྒྱལ་ཆ་རྒྱག་ཏུ་འགྱུར། །ཅེས་པའི་རིགས་པས་ཆ་ཤས་སོ་སོར་བརྟགས་  
 བ་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཀྱང་མི་རྟོག་ཅིང་། རྒྱལ་ཕྱ་རབ་མེད་ན་རགས་པའང་མེད་  
 པས་ན་རྣལ་འབྱོར་པས་སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་དེ་དག་གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་ན་རྣམ་  
 པར་དབྱད་པའི་རིགས་པས་རྟོག་པར་རིགས་པ་ལས་མ་རྟོག་པས་ན་ཆད་་་་  
 མས་མི་མཐོང་ངོ་། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་དེ་དག་ཆད་མས་མ་  
 མཐོང་བས་འདི་སྟམ་དུ་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། རང་གི་  
 སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲུང་བ་ཅམ་སྟེ། སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་དུ་གྲུབ་པ་ནི་མེད་དོ་སྟམ་  
 དུ་སེམས་སོ། །ཚད་མ་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཡུལ་ཤེས་པ་དང་དེས་ཤེས་པའི། །  
 དབྱེ་བས་དོན་ནི་ཚུལ་གཉིས་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་ལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས་  
 ཀྱང་། ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་དོན་བསམས་པ། ཇི་ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་བཤམ་བ། ཞེས་  
 གསུངས་པའང་དོན་འདི་ཉིད་དོ། །དོན་དུ་སྒྲུང་བ་སེམས་ཅམ་དུ་རྟོགས་  
 བས་སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་དེ་བདེན་  
 པར་མི་འཛིན་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། འདི་ལྟར་སྒྲུང་བ་སེམས་ཅམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་བསྒྲོམས་པ་ལ་རབ་ཏུ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ལ་གྱུ་དོན་ལ་་་་  
 བདེན་པར་མི་བརྟགས་ཞོ ཞེས་པ་སྟེ། མདོ་ལས་དེ་སྐད་འབྱུང་བའི་དོན་ནི་  
 ཆོས་གཞུགས་ཅན་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྒྲིང་ངོ་ཞེས་



བྱ་བའི་ཐ་ཚིག་སྟེ། བྱེ་རྩ་གྱི་དོན་དུ་སྤང་བ་འདི་དོན་དུ་བདེན་པར་ཡོད་  
 བ་དམིགས་སུ་བྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ། གནས་ཚུལ་ལ་  
 དཔྱད་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུད་པ་ན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར།  
 གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་པར་བརྟག་པར་མི་བྱའོ། ཞེས་གདམས་པའོ། གཉིས་  
 པ་འཛིན་པ་མི་དམིགས་པ་ནི། གོང་དུ་བཟུན་པ་དེ་ལྟར་ཚས་གཟུགས་ཅན་  
 རྣམས་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་བཤེག་ནས་.....  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དོན་དུ་སྤང་བ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་རྣམས་ཀྱང་སྤར་.....  
 བསམ་བྱུང་གཏན་ལ་འབབས་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་རིགས་པས་རྣམ་  
 པར་བཤེག་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་པ་འཕམ། སེམས་དཔྱད་པའི་རིགས་པ་དེ་ལ་  
 དོན་དུ་སྤང་བ་ཅན་གྱི་སེམས་ཅམ་གང་ཡིན་པ་དེའང་ཡུལ་ཅན་འཛིན་.....  
 པའང་བདེན་པར་མི་བྱུང་སྟེ། ལྟོས་པ་གཟུང་བ་བདེན་པར་མི་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། ཡུལ་འཛིན་པས་འཛིན་པ་ཞེས་བརྗོད་པས་ན་འཛིན་པ་ནི་  
 གཟུང་བ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ལྟ་བུས་  
 བ་སེམས་ནི་དོན་དམ་པར་གཟུང་བ་དང་། འཛིན་པ་གཉིས་ལས་དབེན་  
 ཞིང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རྣམ་པར་དབྱུད་ནས་  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་སྤྱང་གི་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 ལ་དམིགས་ནས་སུ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བསྒྲམས་པས་.....  
 སེམས་ཅམ་ལས་ཀྱང་བཟུང་བར་བྱ། ཞེས་པ་སྟེ། འཛིན་པའི་རྣམ་པར་  
 བདེན་པར་འཛིན་པ་ལས་ཀྱང་བཟུང་བར་བྱ་སྟེ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་  
 སྤང་བ་མེད་པའི་སྒྲོ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་རིག་ཅིང་གསལ་བ་.....  
 ཅམ་ལ་གནས་པར་བྱ་བའི་ཐ་ཚིག་གོ། ཞེས་གསུངས་སོ། གསུམ་པ་གཉིས་





སྤྱང་གི་རང་རིག་མི་དམིགས་པ་ནི། དེ་ལྟར་སེམས་ཅམ་རུ་བདེན་པར་  
 འཛིན་པ་ལས་བསྐྱུས་ནས་སྤྱང་ཡང་གཟུང་འཛིན་སྤང་བ་མེད་པའི་ཤེས་པ་  
 རང་རིག་རང་གསལ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ལས་ཀྱང་བསྐྱུས་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་  
 ཡང་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྱང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
 མེད་གྱི་ཤེས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཅེན། གཟུང་བ་འཛིན་པའི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རྩལ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བར་སྤང་ཡང་རིགས་པས་  
 དཔྱད་ན་བདག་དང་གཞན་ལས་སྤྱི་བར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་མེད་གྱི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་འཛིན་  
 གཉིས་བཀག་ཟེན་པས་དེ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལས་གུང་ན་ཡང་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རིགས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་གྱི་  
 ཤེས་པ་དེ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པར་བརྟགས་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་་་་  
 གྱིས་དེ་ལ་ཤིན་རུ་གོམས་པར་བྱས་ནས། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
 ཤེས་པ་དེ་ལ་ཡང་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དོར་བར་བྱ་སྟེ། གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཡང་སྤང་བ་མེད་་་་་  
 པའི་ཤེས་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་གནས་པར་བྱའོ་ཞེས་་་་་  
 པའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་་་་་  
 དོན་སྟོམ་བྱུང་གིས་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོམ་བྱུང་གིས་རྟོགས་  
 པ་དེ་ལ་གནས་པས་ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་མཆོག་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་་་་  
 པ་ལ་ཞུགས་པས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལས་ཀྱང་། སྤང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་







མི་སྣང་ཁིང་། །དེ་མི་སྣང་བས་ནི་ཆོས་ཉིད་སྣང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡིད་ལ་  
བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རྣམ་པར་མི་  
རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་ཐོག་མར་  
ལུང་དང་རིགས་པས་སྐྱོ་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པར་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་  
ནས་སྒྲོ་ལ་དོན་དུ་སྣང་བ་ཙམ་མ་དམིགས་ཏེ་སྒྲོ་ལ་སྣང་བ་ཙམ་དུ་བྱེད་ཀྱི་  
གནས་ཆུལ་ལ་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་ཏིང་ངེ་འཛིན་པ་  
ཀྱིས་ཆེ་གཅིག་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཆོས་ཅན་གྱི་སྣང་བ་རེ་རེ་ལ་  
དམིགས་པ་དགར་ནས་རེ་རེ་ཁིང་གང་སྣང་ལ་སྒྲོ་འདོགས་གཙང་པའི་ཆུལ་  
ཀྱིས་བསྒྲུལ་མོ། །དེ་ལ་གོམས་པ་ཐོབ་པ་ན་སྐྱོ་རོལ་གྱི་དོན་ལ་རྟོག་པའི་རྟོག་  
པ་གང་སྐྱེས་སོ་སོར་རིག་པར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་  
དབྱུང་དེ་བར་སྣང་ལ་འཇའ་ཆོན་ཡལ་བ་ལྟར་དུ་བསྒྲུལ་མོ། །དེ་ནས་  
གཟུང་འཛིན་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་སེམས་རིག་ཅིང་གསལ་ཙམ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་ཡང་དབྱུང་ནས་ཡལ་ཙམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡང་བདེན་པར་མི་  
དམིགས་པར་བསྒྲུལ་མོ། །བསྒྲུལ་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ན་ཆོས་དང་ཆོས་  
ཅན་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །  
གཉིས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་དོན་ལ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་  
བའི་དོན། དེས་སྒྲིབ་པ་སྤྱང་བའི་ཆུལ། ཞར་ལ་རྟེན་ལ་སོགས་པ་འཐད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། སྒྲིབ་པ་མ་མཐོང་བ་དོན་དམ་མཐོང་བར་བསྟན་  
པ། དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དགོད་པ། ལུང་གི་དོན་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་  
དགག་པ། སྐབས་ཀྱི་དོན་ཉེ་བར་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རིམ་གྱིས་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་ཞུགས་པ་དེ་ལྟར་སྣང་ཉིད་རྟོགས་པའི་





རྒྱལ་འབྱུར་པ་གང་གི་ཚོ། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་  
 རིག་ཅམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡང་སྤང་བ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ལ་གནས་པར་གྱུར་པ་དེའི་  
 ཚོ། མཐོང་བའི་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་གནས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཐོང་ངོ། ། དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་ཡུལ་གྱི་དམ་པར་གྱུར་པ་མཐོང་བའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
 ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་པ་མཐོང་བ་ཞེས་  
 བརྗོད་ན་དེ་མཐོང་བའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡུལ་གྱི་དམ་པ་  
 མཐོང་བའི་ཚུལ་དེ་ནི་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ངོ་ཇེ་གཟེགས་མ་དང་།  
 གཅིག་དང་རྩ་བུལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཤེས་་་་  
 རབ་གྱི་མིག་གིས་ཆོས་ཅན་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ། ངོ་བོ་ལ་རྟོན་པའི་དོན་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་རྩ་གོམས་པར་བྱས་པས་སྒྲིམ་་་་  
 པའི་སྟོབས་གྲུབ་པ་ན་ཡང་དག་པའི་དོན་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་་་་  
 ཤར་བ་ན་ཆོས་ཅན་སྤང་བའི་ཆ་འགའ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པར་གང་ཡིན་་་་  
 པའོ། ། གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དགོད་པ་ནི། དོན་དམ་པ་མཐོང་བའི་  
 ཚུལ་གོང་རྩ་བ་སྟན་པ་དེ་སྐད་རྩ་མདོ་ལས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། དོན་དམ་པ་  
 མཐོང་བ་གང་ཞེ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་མེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །  
 ཞེས་འབྱུང་ངོ། ། སློབ་དཔོན་འདིས་མཉམ་བཞག་སྤང་མེད་རྩ་བ་ཞེད་པ་ནི།  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་འབྱེད་དང་ཡང་མཐུན་ཏེ། ཇི་སྐད་རྩ། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་དང་མཉམ་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་སོ། །  
 གལ་ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་སམ་མ་དམིགས། གལ་ཏེ་  
 དམིགས་ན་ཆོས་ཅན་ཀུན་རྫོབ་ལ་དམིགས་པས་ན་སྤང་མེད་རྩ་འདོད་པར་  
 འགལ་ལོ། ། གལ་ཏེ་སྤང་བ་ལ་མི་དམིགས་པར་འདོད་ན་ནི། སྤང་བ་ལ་





དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་འདྲིགས་མི་.....  
 གཙོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། བདེན་འཛིན་དང་དམིགས་པ་སོ་སོ་ལ་  
 འཛིན་སྒྲུངས་སོ་སོར་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དུལ་སོ་སོ་ན་གནས་པའི་ཆ་གང་  
 བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒྱུར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲུང་བ་ལ་དམིགས་ནས་སོ་སོར་  
 རྟོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ཇི་སྲིད་ནམ་པར་དབྱེད་པ་མ་ཇོགས་པ་དེ་སྲིད་ཏུ་  
 སྒྲུང་བ་ཡོད་ལ། དབྱེད་པ་ཡོངས་སུ་ཇོགས་ནས་སྒྲོས་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་  
 རྟོག་ནས་དེའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་འཛིན་པའི་ཆོ་ན་སྒྲུང་བ་མི་མང་འ་བ་.....  
 ཡིན་ནོ། ཇི་སྲིད་སྒྲོ་ལ་ཆོས་ཅན་ཀུན་ཇོ་བ་པ་སྒྲུང་བ་དེ་སྲིད་ཏུ་བག་ཆགས་  
 གྱི་མཐུ་ལས་སྒྲུང་བའི་གཟུང་འཛིན་ཐ་དད་པའི་སྒྲུང་བ་མ་རུབ་པས་དོན་...  
 དམ་པའི་དུལ་ཅན་གྱི་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ། །གསུམ་  
 པ་ལུང་གི་དོན་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ལུང་གི་དོན་ཡིད་  
 བྱེད་མེད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པས་སྒྲིབ་པ་མི་སྒྲིང་  
 བ་དང་། ལུང་གིས་དོན་གསལ་བར་བསྟན་པ་དང་། ལུང་གཞན་དང་  
 འགལ་བར་སྒྲུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ཉིད་  
 དོན་དམ་པ་མཐོང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཅི་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་དོན་  
 དམ་པ་མཐོང་བར་བཤད་པས་སོ་ཞེ་ན་ལུང་གི་དགོངས་པ་ནི། འདི་ལྟར་  
 དོན་དམ་དབྱེད་བྱེད་གྱི་རིགས་པས་བརྟགས་པ་ན་སྒྲོས་པའི་མཚན་མ་.....  
 འགལ་ཡང་མ་མཐོང་བ་དེ་ལྟ་བུའི་མཐོང་བ་མེད་པ་ལ་དགོངས་ཏེ། ཅིར་  
 ཡང་མི་མཐོང་ཞེས་བཀའ་སྩལ་གྱི་མིག་བཅུ་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱས་ལོང་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡུལ་མཐོང་བའི་རྒྱུན་མ་ཆང་བ་དང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ཅམ་  
 གྱིས་མི་མཐོང་བ་ལ་དགོངས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཅི་ཡང་ཡིད་





ལ་མི་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་ཡང་དག་པའི་དོན་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་.....  
 བས་ན། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་ཅམ་གྱིས་ནི་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་གི་ཙ་བ་བཅད་མི་རུས་པས་ན། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་  
 མི་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་པར་བྱས་ཀྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་གི་བག་.....  
 ཆགས་ཡོད་པ་སྤྱང་བའི་རུས་པ་མ་ཐོབ་པས་འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་.....  
 ཡང་སྐྱབ་པའི་ས་བོན་མ་སྤངས་པས་ན། འདྲ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲིམས་པར་  
 འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྤྱར་  
 ལངས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱང་བའི་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་.....  
 ཙ་བ་ས་བོན་ལུས་པས། རྒྱུན་དང་ཕྱད་པ་ན་འདྲིང་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཆོགས་སྤྱར་ཡང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །རྣལ་འབྱོར་པ་ལས་  
 དང་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བ་མ་ཐོབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 གསུམ་པ་ནི། ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཙ་བ་གང་ཞེན། འདྲིང་ཆགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཙ་བ་ནི་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འཕགས་པ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སྟོན་པའི་མདོ་ལས་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །བཞི་པ་ལྷུང་གཞན་  
 དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལྷུང་གི་དོན་བཤད་པ་དང་། དེ་རིགས་  
 པས་སྐྱབ་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་བྱེད་པ་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་འོ་  
 ན་མདོ་གཞན་ལས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་མཚན་མ་སྤྱང་བར་བཤད་པ་མ་.....  
 ཡིན་ནམ་ཞེན། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས། ཡིད་ལ་  
 མི་བྱེད་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་བདེན་པར་འདྲིན་པའི་མཚན་མ་སྤྱང་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དགོངས་པ་ཡང་། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་ན།





སྒྲིམ་པའི་མཆོན་མ་མེ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མདོ་དེར་ཡིད་ལ་མི་.....  
 བྱེད་པར་དགོངས་གྱི། སྒྲིམ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པ་ཅམ་གྱིས་མཆོན་མ་སྒྲིང་  
 བར་བཤད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་མེད་པར་ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པ་སྤངས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་འདྲ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པར་.....  
 ལྟར་དུ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ཤིན་ཏུ་གོམས་པའི་གཟུགས་.....  
 ལ་སོགས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཚ་བ་སྒྲིང་བ་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །གཉིས་པ་དེ་རིགས་པས་སྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བདེན་ཞེན་སྟོག་པ་ཐེ་  
 ཆོམ་སྤང་བ་ལ་སྟོས་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་སྤངས་པ་ཤེས་རབ་ལ་སྟོས་པར་  
 བསྟན་པ་ལྟ། །དང་པོ་ནི། ཡང་དག་པའི་དོན་རིགས་པའི་སྟོབས་གྱིས་མ་  
 དེས་པས་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་མ་སྤངས་པར་གྱུར་པ་ནི། སྟོན་ཆེ་  
 རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱུད་ནས་འོངས་བར་དམིགས་པའི་གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ། ལུལ་ལ་  
 ལྷང་ལྟར་རབ་དུ་གཡོ་བ་ཡོངས་སུ་སྒྲིང་བར་མི་རུས་ཏེ། མེ་མ་སྤངས་བར་  
 ཆ་བ་སྤང་དུ་མི་རུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཐེ་ཆོམ་མ་སྤངས་པར་མངོན་པར་ཞེན་  
 པ་མི་སྒྲིང་བའི་རྒྱ་མཆོན་འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་བདེན་པར་.....  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལོག་པ་འདི་དག་ནི། ལུས་ལ་ཆེར་མ་ལ་སོགས་པ་འབྱིན་  
 པ་བཞིན་དུ་སེམས་ལས་ལག་པ་ལྟ་བུས་དབྱུང་ཞིང་བསལ་དུ་མི་རུང་སྟེ།  
 འདི་སྒྲིང་བ་ལ་རིགས་པས་ཡང་དག་པའི་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དེས་ནས་.....  
 དེའི་རུས་པས་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་བོན་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཐེ་  
 ཆོམ་སྤངས་པ་ཤེས་རབ་ལ་སྟོས་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྗེས་འགྲོའི་སྟོ་  
 རས་བསྟན་པ་དང་། སྟོག་པའི་སྟོ་ནས་བསྟན་པ་ལྟ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་





མཛེན་པར་ཞེན་པ་སྤྲོད་བ་ཐེ་ཆོམ་སྤྲོད་བ་ལ་རག་ལས་ན། ཐེ་ཆོམ་གང་གིས་རི་ལྟར་སྤྲོད་ཞེན། ཐེ་ཆོམ་གྱི་ས་བོན་སྤྲོད་བ་དེ་ཡང་ཐག་པ་ལ་སྤྱལ་དུ་འདུ་ཤེས་པ་ན། ཐག་པའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་ཕབ་པས་སྤྱལ་འཛིན་ལྡན་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་པས་གནས་ཚུལ་ལ་སྤྲོ་འདོགས་ཆོད་པས་སྤྲོད་གི། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཡིད་བྱེད་སྤངས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཐབས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེ་ཆོམ་སྤྲོད་ཞེན། ཐེ་ཆོམ་གྱི་ས་བོན་དེ་ཡང་རྣལ་འབྱུང་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྤྲོད་བ་བྱུང་སྟེ། དེ་ལས་སྤྱོད་པའི་སྐོར་སྐོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་རང་བཞིན་མེད་པར་བརྟགས་ནས་བསྟོམས་པས་མ་མཐོང་གསུགས་ལ་སོགས་པ་སྤྲོད་དམིགས་སུ་བའི་མཚན་ཉིད་དུ་བྱུང་པ་དེ་དག་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ན་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་གོམས་པས་སྤྲོད་ངོ་། །ཐག་པ་སྤྱལ་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་སྤྲོད་པར་ཤེས་པས་ཐག་པ་ལ་སྤྱལ་དུ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ལྡན་པ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་གི། དེ་ལས་རང་གི་ངོ་བོས་སྤྲོད་པར་སྐོར་སྐོར་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ལ་གཞན་དུ་སྟེ། མ་ཤེས་ན་བདེན་འཛིན་སྤྲོད་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གི་རྟོགས་པ་སྤྱོད་པ་དེའི་ཆེ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ས་བོན་དང་བལ་བས། གསུགས་ལ་སོགས་པའི་བདེན་པའི་མཚན་མ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྤྲོད་རུས་པར་འབྱུང་རྟེ། སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྤྱོད་པ་ལས་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལྡན་པའི་སྤྲོ་ནས་བསྟན་པ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་ལྷག་མཐོང་མ་མཐོང་སྤྱོད་པ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་རྟེ། ཞི་གནས་སུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྤྲོད་བ་མ་བྱུང་། སྐོར་སྐོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་ཡང་དག་པའི་





དོན་ལ་མ་བཟུས་ན་དུ་ཤང་ཁྱིལ་ལྷན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཀག་ཅམ་གྱིས་ནི་.....  
 ལུན་ཁྱུང་ན་འདུག་པའི་མིས་གཟུགས་ལ་བཟུ་བ་ལྷན་གྱིས་གྱིན་ན་.....  
 འདུག་པའི་བུམ་པ་ལ་སྐྱུ་གས་པ་ལ་འང་ཡོད་མེད་སྒྲིམ་འདྲིལ་མ་ཆོད་པར་.....  
 སྐྱུ་ཉི་ཟ་བར་འཁྱུར་བ་བཞིན་དུ། ལྷན་འབྱོར་པའང་གཟུགས་སྐྱུ་གས་  
 གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་པའམ་མེད་པའི་སྐྱུ་ཉི་ཟ་བ་ལྷན་པར་མི་འཁྱུར་རོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་མ་ལོག་ན་མིག་གི་རབ་རིབ་ཀྱི་སྒྲིམ་.....  
 མ་བསལ་བས་སྒྲིམ་ཤང་འཇག་པར་སྒྲིམ་བ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་.....  
 སྐྱུ་གས་པ་མི་བདེན་པ་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་འབྱུང་ཤི། ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅིས་ཀྱང་མི་ལྷན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བཟུན་ཟིན་ཏོ། །

### རྒྱུ་ཏུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྒྲིམ་པ་བཟུན་པ།

གསུམ་པ་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྒྲིམ་པ་ལ་གསུམ་ཤི། ཡེ་ཤེས་རྣམ་  
 པར་དག་པ་ཐོབ་བ། དེས་སྒྲིབ་པ་སྒྲིང་བའི་ཚུལ། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་  
 བྱི། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ས་  
 བོན་སྒྲིང་ཞིང་། དེ་ལས་བདེན་ཞེན་ལྷན་པ་དེ་ལྷ་བས་ན་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
 ཡན་ལག་གིས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གསལ་བར་གཟུང་ཤི། གང་གཟུང་  
 བའི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཤིན་དུ་ཆ་སྒྲིམ་བའང་རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་ཤེས་.....  
 རབ་ཀྱི་མཆོན་གྱིས་གཟུགས་ལ་སྐྱུ་གས་པ་ལྷན་པོ་ལྷན་པོ་འདྲི་དངོས་པོ་སྐྱུ་གས་ལ་.....  
 བདེན་པར་ལོག་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ས་བོན་གྱི་ལྷན་ཏུ་ཆགས་པ་ལ་.....  
 སྐྱུ་གས་པ་སེམས་དེ་ལ་ཡོད་པ་བསལ་བར་བྱ་ཤི། དེ་ལྷན་སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་གྱི་ས་བོན་བཅད་ནས་སྐྱུང་ན་ཆ་བ་ནས་སྐྱུང་.....  
 བའི་ཤིང་དག་ལས་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་མི་སྒྲིབ་བཞིན་དུ། ཆ་བ་བདེན་





འཛིན་གྱི་ས་བོན་མེད་པ་ན་བདག་ལ་སོགས་པར་ལོག་པར་ནམ་པར་རྟོག་...  
 པའི་སེམས་སྤྲུང་ཡང་སྦྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དང་པོ་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་  
 པ་ཐོབ་པ་ནི། ལྷག་མཐོང་སྦྱེས་ན་ལོག་རྟོག་ལྷག་པ་དེ་ལྷ་བས་ན་བདེན་  
 འཛིན་བསྐྱོད་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་སྤང་བར་བྱ་བའི་...  
 ཕྱིར་དུ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བ་སྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་...  
 ལམ་བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏེ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་  
 གཉིས་ནི་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་...  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཟླ་བ་སྦྱོན་མའི་མདོ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་  
 གནས་ནས་ཏིང་ངེ་འཛིན་འཐོབ་སྟེ། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་ནས་ཀྱང་སྤྲོད་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲིམ་པར་བྱེད་དོ། །ཤེས་རབ་སྒྲིམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི།  
 ཡེ་ཤེས་ངྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པ་འཐོབ་པོ། །ཡེ་ཤེས་ངྲི་མས་རྣམ་པར་དག་  
 པ་ཐོབ་པས་ཟག་མེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་འཐོབ་པོ། །ཞེས་  
 བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །གཉིས་པ་སྦྱིབ་པ་སྤྲོད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱིར་བཏུན་  
 པ་དང་། སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་ལས་ལྷག་མཐོང་སྦྱེས་  
 ནས་དེས་སྦྱིབ་པ་སྤྲོད་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར། གང་གི་ཆེ་ཞི་གནས་ཀྱིས་གང་  
 བསྒྲིམ་པར་འདོད་པའི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་བརྟན་པར་བྱས་པ་དེའི་ཆོ།  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་གང་ལ་དམིགས་པའི་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་...  
 རབ་ཀྱིས་རབ་དུ་བརྟགས་ནས་བསྒྲིམས་ན་ཡང་དག་པའི་དོན་མདོན་སུམ་...  
 དུ་མཐོང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲང་བ་འབྱུང་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲང་བ་བྱུང་བ་དེའི་  
 ཆོ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱི་སྤྲང་བ་བྱུང་བས་ལུན་པ་དུས་གཅིག་ལ་བསལ་བ་...  
 བཞིན་དུ། ཐོག་མར་མཐོང་སྤངས་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་འབྱུང་རོ། །ཞི་གནས་དང་







ལྷག་མཐོང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡང་མིག་དང་སྒྲིམ་བ་གཉིས་པན་ཚུན་ལྷོས་ནས་་་་  
 ཡུལ་གཅིག་གསལ་བ་ལ་མཐུན་པར་འཇུག་པ་བཞིན་དུ། ཡང་དག་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་སྒྲིམ་བ་འབྱུང་བ་ལ་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ལྷོས་ནས་མཐུན་་་་་  
 པར་གནས་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིམ་བ་དང་ཐུན་པ་བཞིན་དུ་མི་མཐུན་པར་འཇུག་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་ཡུལ་ཅི་ཡང་  
 མི་མཐོང་བ་ཐུན་པ་ལྷ་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མཉམ་པར་འཛིག་པའི་  
 སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་སྟེ། དམིགས་པ་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་གསལ་བས་རྒྱན་  
 ཆགས་སུ་འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །འདི་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞེ་ན་ཡུལ་  
 དེ་ནི་མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་སོ་ཞེས་་་་་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱེལ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་ཤེས་  
 རབ་དང་ཞི་གནས་ཡུལ་རྟོགས་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིམ་ཐུན་  
 ལྟར་མི་མཐུན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་བཞི། ཡོད་  
 པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་བ་དང་། མེད་པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་བ་དང་། རྟོག་པ་གཞན་  
 ཡང་སྤྱོད་བ་དང་། གཉེན་པོའི་བྱད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། མཉམ་  
 པར་བཞག་ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་་་་  
 བས་ན། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག་པ་བཞིན་འཇུག་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་མི་དམིགས་པ་་་་་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་མི་དམིགས་པའི་དོན་དམ་པའོ། །འོ་ན་དོན་དམ་  
 རྟོགས་པའི་ལྷན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་དུས་ནམ་གྱི་ཆོ་འཕྲོག་ཅེ་ན། རྣལ་  
 འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྤྱོད་པ་་་་  
 འགའ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱལ་མཐོང་བ་དེ་འདྲ་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་་་་





ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་དམ་གྱི་ཆ་དེའི་པ་རྣམས་ཏུ་ལྷ་བར་བྱ་བའི་  
 རྟོན་དམ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་ནི་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རྟོན་  
 བཤད་དོ། །ཞི་བའི་རྟོན་བཤད་པ་ནི། ཞི་བ་ནི་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དང་།  
 མེད་པར་འཛིན་པ་དང་། གཉིས་ཀར་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་རྟོག་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིམ་པའི་  
 ལྷ་ནི་རྟོན་གཉིས་ལ་འཇུག་སྟེ། སྒྲིབ་ཏུ་དང་སྒྲིབ་ཏུ། སྒྲིབ་ཏུ་ནི་རྣམས་པར་  
 རྟོག་པ་ཡོ། །འདིས་སྒྲིབ་ཏུ་དང་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིབ་ནི། རྣམས་པར་རྟོག་པས་  
 ལྷ་ཆོགས་པ་བཟོས་ནས་སྐྱར་བ་ཡོ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཐུན་མོང་ཏུ་སྒྲིམ་པ་ཞེས་  
 སྐྱར་རོ། །ཞི་བའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མཉམ་པར་འཛོག་པ་གང་  
 གི་ཆེ་རྣམས་འབྱོར་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་ན་དངོས་  
 པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་བདེན་པར་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མི་དམིགས་པ་དེའི་ཆེ་མཉམ་  
 པར་བཞག་པ་དེ་ལ་དངོས་པོར་རྣམས་པར་རྟོག་པ་ནི་འབྱུང་བ་ཉིད་དོ། །  
 ཞེས་པ་ནི་སྒྲིམ་པ་ཉི་བར་ཞི་བའི་རྟོན་ནོ། །གཉིས་པ་མེད་པར་ཞེན་པ་སྤང་  
 བ་ནི། གལ་ཏེ་དངོས་པོར་རྣམས་པར་རྟོག་པ་སྤང་ཏུ་ཆུག་ཀྱང་དངོས་པོ་  
 མེད་པར་རྣམས་པར་རྟོག་པ་ཇི་ལྟར་སྤང་ཞེ་ན། སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ་དངོས་པོ་མེད་པར་རྣམས་པར་རྟོག་པ་ཡང་འབྱུང་བ་མེད་  
 པ་ཉིད་དོ། །ཇི་ལྟར་མི་འབྱུང་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་བརྟུ་ལ་དགག་བྱའི་དངོས་པོ་  
 འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་མཐོང་ན་ནི་དེ་ལྟ་ན་དེས་བཀག་པས་ཐོག་མར་  
 དངོས་པོ་སྒྲིབ་ཏུ་བྱས་ནས་འདི་མེད་དོ་ཞེས་དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོག་པ་  
 འབྱུང་ངོ་། །སྒྲིབ་འཇུག་ལས། བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། རྟོག་  
 དངོས་མེད་འཛིན་པ་མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། གང་





གི་ཆེ་ཆལ་འབྱོར་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་གནས་ཚུལ་...  
 ལ་བརྟགས་ན་རྩལ་གསུམ་འདི་ཡང་དངོས་པོར་བདེན་པར་མི་དམིགས་.....  
 པར་རྟོགས་པ་དེའི་ཆེ་དགག་བྱའི་དངོས་པོ་ཅི་ཞིག་བཀག་པས་དགག་བྱའི་  
 དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་འབྱུང་བར་མི་འཐད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 ཡོད་མེད་གཉིས་ཀར་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་དག་ཀྱང་མཉམ་  
 པར་བཞག་པ་དེའི་ཆེ་དེ་ལ་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཡོད་  
 པ་དང་མེད་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་.....  
 ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡོད་མེད་དུ་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་མེད་པས་བྱབ་པར་བྱ་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་ཡང་མེད་.....  
 པའི་ཕྱིར་དོ། །ཡོད་མེད་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ཡེ་  
 ཤེས་དེ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་གཉེན་  
 པོའི་བྱང་པར་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། གཉེན་པོ་སྦྱེས་པའི་བྱེད་པ་དང་། ཉེ་བར་  
 རྟོན་པའི་བྱང་པར་དང་། རང་བཞིན་གྱི་བྱང་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 བཞི་སྟེ། གཉེན་པོའི་བྱེད་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་བཤད་པ་དང་།  
 མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་དུ་སྦྱབ་པ་དང་། ལམ་གཞན་ལ་སྦྱིབ་གཉིས་སྤྱང་  
 བ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་ལ་གནས་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་པས་ནི་ཡོད་མེད་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་  
 ཅད་རྩབ་པས་ན་རྩ་བ་བཅད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་.....  
 བྱའི་སྦྱིབ་པ་ཡང་དག་པར་སྤྱང་ངོ། །གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། ཉོན་མོངས་པའི་སྦྱིབ་པ་སྤྱང་བའི་ཚུལ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་སྤྱང་  
 བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤང་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་ཇི་ལྟར་





སྤྱང་བའི་ཚུལ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་དང་སྐྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྤང་བྱ་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཚ་བ་གང་ཞེན་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་ངོས་བཟུང་...  
 བ་ནི། འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་ནི། དོན་དམ་པར་མ་སྤྱོས་པ་  
 དང་། མ་འགགས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་པར་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་...  
 ཚ་བ་སྤེ་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ཉོན་མོངས་པ་ནི་དེ་ལས་བྱུང་བའོ། ཞེས་འཕགས་པ་  
 བདེན་པ་གཉིས་བསྟན་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་ལས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་...  
 བཀའ་སྩལ་ཏོ། །གཉིས་པ་ཇི་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་ནི། ཞེ་གནས་དང་ལྷག་  
 མཐོང་གི་རྣལ་འབྱུར་གོམས་པའི་རྣལ་འབྱུར་པ་འདིས་ཉོན་མོངས་པའི་...  
 སྤྱབ་པའི་ཚ་བ་སྤྱང་ངོ་། ཅིའི་ཕྱར་ཞེན། དངོས་པོ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉོན་མོངས་པའི་ཚ་བ་གང་  
 ཞེན། དངོས་པོ་བདེན་པར་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པར་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་དོན་དམ་  
 པ་ལ་མོངས་པའི་མ་རིག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ། སྤྱང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས།  
 ཡང་དག་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་། །དེ་ནི་སྟོན་པས་མ་རིག་གསུངས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིས་ནི་བདེན་འཛིན་ཉོན་མོངས་པའི་ཚ་བར་  
 བསྟན་ཏོ། །མ་རིག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བྱབ་པར་སྤྱོད་བས་ནི་དོན་འདི་  
 ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པར་བྱེད་དོ། །བདེན་འཛིན་སྤངས་པས་དོན་དམ་ལ་མོངས་  
 པའི་མ་རིག་པ་བཅད་པ་དེའི་ཕྱིར། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་  
 ཚ་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མོངས་པ་བཅད་པས་ན། ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱབ་པའི་  
 ཚ་བ་ཡང་དག་པར་སྤྱང་ངོ་། །གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་དང་སྐྱར་བ་ནི།  
 སྤང་བྱ་དང་སྤང་བྱ་སྤྱང་བའི་ཚུལ་དེ་སྤྱད་དུ་འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་...







རྒྱུན་ལས་མ་བྱུང་བ་དང་། བདེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་རམ། གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་འོ། །  
 གང་དོན་དམ་པར་རམ་གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་གང་...  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བདེན་པར་མི་རྟོག་ །བྱང་པར་ལ་བདེན་པར་  
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་གོ། གང་ངོ་བོ་ལ་མི་རྟོག་པ་དང་། བྱང་པར་ལ་མི་རྟོག་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚུལ་བཞིན་ཏེ་གནས་ཚུལ་ལ་ཞུགས་པ་འོ། །གང་དངོས་  
 པོའི་གནས་ཚུལ་རིམ་བཞིན་པ་ལ་ཞུགས་པ་དེ་ཡུལ་ལ་རྟོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་...  
 པར་མི་འགྱུར་རོ། གང་ཡུལ་ལ་རྟོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལ་  
 ནི་རྟོག་ཆད་གྱི་ལྟ་བ་ཀུན་ནས་ལྡང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་པར་ཐུང་ན་ལས་  
 འདས་པ་བདེན་པར་ལྟ་བའི་བར་གྱི་ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན་ནས་ལྡང་བར་...  
 མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་  
 རྟོགས་པ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དེའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཆ་བ་བདེན་...  
 འཛིན་བཅད་པས་ཤིན་ཏུ་ཐུལ་བར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་...  
 འདུལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཤེས་པའི་ཚུལ་ནི། དྲི་བ་  
 གཉིས་པའི་ལན་གྱིས་གསུངས་ཏེ། ལྟའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། གང་གི་ཆེ་ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམས་ཤེས་སོ། །གང་གིས་ན་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་ཏུ་རྟོགས་པའི་  
 ལྡང་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སོ། །དུས་གང་གི་ཆེ་ན། ཆོས་རྣམས་དོན་དམ་  
 པར་ཤིན་ཏུ་སྟོང་པ་དང་། རྒྱུ་མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་ཤིན་  
 ཏུ་སྒྲོན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་དེའི་ཆོད། །ལྟའི་བྱ་ཞེས་  
 བོས་ནས། ཚུལ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རབ་ཏུ་ཤེས་པ་





ཡིན་ནོ། །དེའི་དཔེ་རིམ་ལྟར་བྱ་ཞེན། ལྟའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། འདི་ལྟར་ཏེ་  
 དཔེར་ན། གང་སྒྲུལ་གདུག་པའི་རིགས་ཀྱི་དུག་ནད་འདོན་པར་འདོད་པ་  
 དེས་ལྟའི་བསྐྱེད་རིམ་དང་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུལ་གདུག་པ་དེའི་དུག་ཞི་.....  
 བར་བྱེད་དོ། །ལྟའི་བྱ་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་  
 ལྟར་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་གང་ཟག་དེའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་རབ་དུ་ཞི་.....  
 བར་འགྱུར་རོ། །བཞི་པ་ཉོན་མོངས་པའི་རིགས་ངོས་བཟུང་བ་ནི། ལྟའི་བྱ་  
 རྩ་བས་སྒྲས་པ། འཇམ་དཔལ་ཞེས་བོས་ནས། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 རིགས་གང་ཡིན་དེས་སོ། །འཇམ་དཔལ་གྱིས་དྲི་བའི་ལན་སྒྲས་པ། ལྟའི་བྱ་  
 ཞེས་བོས་ནས། རྟོན་དམ་པར་ཆོས་རྣམས་རྩུ་ལས་ཤིན་དུ་མ་སྐྱེས་པ་དང་།  
 རྩུན་ལས་མ་བྱུང་བ་དང་། རང་གི་ངོ་བོའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཡོད་མེད་སོགས་སུ་བདེན་པར་ཀྱན་དུ་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།  
 ཉོན་མོངས་པའི་རིགས་ཏེ་རྩུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྩུ་ཆེར་འབྱུང་ངོ་། །ཉོན་མོངས་  
 པའི་སྐྱབ་པ་སྤྱང་བའི་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་  
 སྤྱང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་སྐྱབ་སྤྱང་ཚུལ་དང་། འབྲས་བྱ་རྣམ་གྲོལ་  
 གྱི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་  
 བདེན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་དུ་འཇུག་པས་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་མཐའ་དག་ལ་ཁུབ་པའི་...  
 ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པར་བདེན་པར་རྟོག་པ་དེ་སྤངས་ན།  
 དེར་བདག་དུ་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བར་.....  
 འགྱུར་ལ། དེ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ཡང་སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་  
 པའི་སྒྲོ་འདིས་སྤྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱབ་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་གི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་འབྲས་བྱ་རྣམ་གྲོལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ནི། སྤྱང་





ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲིམ་པས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་ཀྱི་  
 བ་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་པ་མཁྱེན་པའི་གོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཉི་མའི་  
 འོད་ཟེར་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་བྲལ་ནས་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པའི་ནམ་མཁའ་ཀྱི་  
 ལ་སྒྲིགས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲིགས་པ་མེད་པར་སྤངས་བ་བཞིན་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 སྤངས་བ་འབྱུང་ངོ་། ། གོགས་མེད་ན་མཐོང་གི་ཡོད་ན་མི་མཐོང་བའི་ཚུལ་  
 འདི་ལྟར། སྤངས་པ་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཟུགས་སོགས་དངོས་པོའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡིན་ན་སྤངས་པ་ཉིད་དེ་ཡང་ཤེས་བྱའི་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་ལ་ཉི་བར་གནས་སུ་བྱེད་ཀྱང་། སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་ལ་གསལ་བར་མི་  
 འཕྱར་ཏེ། སྤངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་གོགས་བདེན་འཛིན་མཐུག་པོ་རྒྱུད་ལ་  
 ཡོད་པས་སོ། ། སྤངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་བདེན་འཛིན་མེད་པར་གྱུར་ན་ནི།  
 སྤངས་ཉིད་ལེགས་པར་བསྐྱོམ་པའི་མཐུའི་བྱུང་པར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཀྱི་  
 ཐོབ་པས་ཅིའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་མཐའ་དག་གི་གནས་ཚུལ་ངེ་ལྟར་བ་བཞིན་ཀྱི་  
 དུ་སྒྲིབ་བྱེད་མེད་པར་གསལ་བར་མི་འཕྱར། སྤངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་མཐུ་  
 ཐོབ་པ་ན་གནས་ཚུལ་སྒྲིབ་བྱེད་མེད་པར་གསལ་བ་དེ་བས་ན། ཤེས་པ་  
 གཉིས་པ་སྟོས་ནས་ཀུན་རྫོབ་དུ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། རོན་  
 དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དངོས་པོ་མཐའ་དག་ཀུན་རྫོབ་དུ་  
 ཡོད་ཚུལ་ངེ་ལྟར་བ་བཞིན་དང་། རོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་  
 ངེ་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས། བདེན་གཉིས་མཁྱེན་པའི་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་འཐོབ་པོ། སྤངས་ཉིད་ཀྱི་རོན་བསྐྱེམས་པས་སྒྲིབ་པ་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་སྤང་ཞིང་། ཤེས་བྱ་མ་ལུས་པ་མཁྱེན་པའི་གོགས་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། །  
 ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱུང་དུ་འཕྱག་པ་འདི་ཉིད་སྒྲིབ་པ་གཉིས་སྤང་







བ་དང་། ཤེས་བྱ་ཐམས་མཁུན་པ་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་ཉམ་རང་གི་ལམ་ལས་བྱད་པར་བྱ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་སྦྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རིགས་པ་དང་། ལུང་ངོ་། །དང་པོ་ནི། བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ན་སྦྱིབ་གཉིས་སྤྱང་བའི་ལམ་རི་ལྟར་ན་ཉམ་ཐོས་ལས་བྱད་པར་བྱ་བྱུར་པ་ཡིན་ཞིན། ཉམ་ཐོས་དང་སོགས་པའི་སྦྱས་བསྦྱས་པ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཉམ་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པ་གཉིས་ཀ་ལེགས་པར་མི་སྤྱང་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མ་རྟོགས་པས་སྦྱིན་ཅི་ལོག་བདེན་འཛིན་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བར་རུས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལུང་ནི། ཉམ་རང་གི་ལམ་གྱིས་ཤེས་སྦྱིབ་སྤྱང་མི་རུས་པ་དེ་སྐད་བྱ། འཕགས་པ་ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྩལ་ཏེ་ཞེས་པ་སྟེ། ཀྱང་ནི་རིགས་པས་གྲུབ་པར་མ་བཟང་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །རི་སྐད་བསྟན་ཞིན། གཞན་ཉམ་རང་དག་ནི་སྦྱིན་དག་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་རགས་ལས་པ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རང་གི་དོ་བོ་ཅམ་མོ་ཞེས་མཐོང་ཞིང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཁོང་བྱ་ཆུད་ནས་བསྒྲུམས་པས་དག་བཅོམ་ཐོབ་པ་ན་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་སྒོ་སྟེ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཤེས་སྦྱིབ་སྤྱངས་པའི་མུང་འདས་ཐོབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། །ཉམ་རང་དེ་དག་ལ་ནི་མཐར་ཐུག་གི་ཐར་པ་མེད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས་ཉམ་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རིགས་ཅན་ནི་སྦྱིབ་མོ་པ་རྣམས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒོ་མོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། ཉམ་ཐོས་དེ་དག་ལ་སྦྱིབ་པ་ཐམས་





ཅད་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་ངོ་སྟུང་པའི་ལྟ་  
 བ་ངན་པ་བདེན་པར་འདིན་པ་ལས་བསྒྲགས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོང་ཉིད་བསྟོན་མ་  
 པ་ལ་བཙུན་པར་བྱའོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ། ། བྲེག་ཆེན་མ་གཏོགས་པ་ཐེག་  
 དམན་གྱིས་སློབ་པ་མཐའ་དག་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་མི་རུས་པ་དེ་ཉིད་གྱི་  
 ཕྱིར། ལམ་གཞན་ཉན་རང་གི་ལམ་རྣམས་གྱིས་ནི་སློབ་པ་མཐའ་དག་ལས་  
 གྲོལ་བའི་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་མེད་པས། སློབ་པ་མཐའ་དག་ལས་  
 ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཐེག་པ་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་འོ་ཞེས་བཙུན་འདས་གྱིས་  
 བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ་ཞེས་གསུངས་སོ། ། བཞི་པ་ལམ་གཞན་ལ་སློབ་གཉིས་སྤྱོད་བ་  
 དགག་པ་ནི། འོ་ན་ཉན་རང་གི་ལམ་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན།  
 ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ལམ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་  
 རིམ་གྱིས་གཞུགས་པ་ལས་ཏེ། དེའི་ཆེད་དུ་ལྷེས་པོར་དགོངས་ནས་གསུངས་  
 ཏེ། ཤིང་གཤག་པའི་དུས་སུ་ཁྱེད་ཕྱི་མ་གདབ་པ་དག་གིས་ཁྱེད་སྐྱུ་མ་  
 འབྱེན་པ་བཞིན་དུ་བསྟན་པར་ཟད་དོ། ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་བསྟན་པའི་  
 དགོས་པ་ནི་འདི་ལྟར། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་དག་ནི་སྤང་པོ་དང་  
 ཁམས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། ། རྟག་པ་གཅིག་སྤྱོད་རང་དབང་  
 ཅན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་བདག་མེད་པར་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་པལ་  
 ཉེ་བསྟོནས་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་དག་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་བའི་དོན་དུ་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ལ་འཇུག་གོ། ། འདི་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་  
 བསྟན་པའི་དགོས་པ་འོ། ། གཤམ་ཏེ་སེམས་ཙམ་པ་དག་ཁམས་གསུམ་པོ་  
 སེམས་ཙམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་སློབ་པ་མཐའ་དག་སྤྱོད་ངོ་ཞེ་  
 བ། ། ཁམས་གསུམ་པོ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་བསྟོནས་པས་ནི་རྣམ་པར་





ཤེས་པར་སྒྲིབ་དག་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་ལ་འཇུག་གོ།  
 དེ་ལ་སེམས་ཙམ་ཡང་སྒྲར་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་བབ་པའི་...  
 ཚུལ་འདིས་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་མི་འཐད་པར་རྟོགས་ནས་བདག་མཐའ་དག་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་  
 འཇུག་པས་ནི་བདག་མེད་པ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་རྟོགས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ།  
 གལ་ཏེ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་མ་རྟོགས་  
 པར་རྣམས་པར་རིག་པ་ཙམ་ལ་འཇུག་པས་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་  
 རྟོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཙམ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་ཡང་  
 གཞོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་རྩོམ་གཟེགས་མ་དང་གཅིག་དང་ཏུ་བྲལ་གྱི་.....  
 རིགས་པ་སྒྲར་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ཙམ་ཡང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་  
 པའི་དོན་འདི་ནི་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལེའུ་ལས་ཀྱང་...  
 གསུངས་ཏེ། ཇི་སྐད་ཏུ་ཞེན། གྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཁམས་གསུམ་ནི་རྟོགས་ཏེ།  
 དེ་ནས་སེམས་དེའང་མཐའ་དང་དབྱུས་མེད་པར་རྟོགས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 གྱི། ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིའི་དོན་ནི་དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་  
 རྣམ་པར་དཔྱད་ན། དང་པོར་སྒྲིབ་དང་མཐའ་འཇིག་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་མཐའ་གཉིས་མེད་པ་དང་། དབྱུས་སུ་གནས་པའི་མཆོན་ཉིད་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། འདི་ལ་དགོངས་ནས་སེམས་མཐའ་དང་དབྱུས་མེད་དོ་ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་རང་བདེན་པ་མེད་པ་དེ་  
 ལྟ་བུས་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་...  
 པ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་དེ་ཁོན་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞིན་  
 པའི་བྱེད་པ་བསྟན་ཟིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཉིད་བར་སྟོན་པའི་ཁྱད་པར་ནི། རྣམ་





འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ཏུ་ལྷག་མཐོང་སྟོན་པའི་གནས་སྐབས་དེ་  
 བྱང་པར་གྱི་ཆོས་ཅིས་རྣམ་པར་དག་ཅེན། ཐབས་སྟོན་ལམ་དག་གིས་རྣམ་  
 པར་སྦྱངས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོས་  
 ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་རྩེ་ཐོབ་ཏུ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་དོན་བྱ་བར་.....  
 སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་གང་ཡིན་པའི་སྟོན་ལམ་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་མཉམ་བཞག་  
 ཏུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྟོན་པ་ལས་ཐུ་ཐུར་ཞིང་སྟོ་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ། ཐུན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཐབས་ཀྱི་ཆའི་དགོ་བ་ལ་གོམས་པར་བྱས་པས་མཉམ་བཞག་གི་  
 གནས་སྐབས་དེ་རི་སྐད་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་མི་མཐུན་གྱི་དྲི་མས་ཡོངས་སུ་  
 དག་པར་གྱུར་ཏེ། ཅེས་པ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་པ་རྩ་མར་ཐབས་མང་  
 སོ། །ཡུན་རིང་རྩ་མི་གོམས་པ་ལས། །དེ་ལས་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་དག་རབ་  
 ཏུ་གསལ་བར་ཉིད་རྩ་འགྱུར། ཅེས་པ་ལྟར་སོ། །སྟིང་རྩེ་དང་ཐུན་སོགས་  
 ཐབས་ཀྱི་ཆ་དེས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་རྩ་ཤེས་ཀྱང་སེམས་.....  
 ཅན་མཐའ་དག་ལ་སྟིང་རྩེས་བཟུངས་གཞན་དོན་ལས་མི་སྟོན་ཅིང་། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པས་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་འདོད་.....  
 ཆགས་སོགས་ཀྱིས་མི་གོས་པར་རྩས་འཁོར་བ་རི་སྐད་པར་གཞན་དོན་ལ་.....  
 གནས་པ་ཡིན་སོ། །གསུམ་པ་གཉེན་པོའི་བྱང་པར་ནི། ཞི་བ་ལུན་གྱིས་གྲུབ་  
 པའི་གནས། ཞེས་གསུངས་ན། རི་ལྟར་ལུན་གྲུབ་ཀྱིས་ཞི་བ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་པས་ན་ཡེ་ཤེས་དམ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེས་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་མཐོང་བར་འགྱུར་སོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། སྟོན་  
 པའི་མཆོན་མ་འགའ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཆུལ་གྱིས་སོ་ཞེས་འདིར་རྒྱ་  
 མཆོན་བཀའ་རྩལ་ཏོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་ནད་གི་སྤྱོད་དག་གིས་སྤྱོད་པ་





གཟུང་འཛིན་གཉིས་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བ་འཐད་ཀྱི། གཉིས་མེད་  
 ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བ་ནི་མི་འཐད་དོ་ཞེན། གཉིས་  
 མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་འང་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཚུལ་འདི་ལྟར། ཤེས་  
 བྱ་དོན་སྣང་ནང་གི་ཤེས་པའི་ངོ་བོར་སྒྲུབ་ཆ་མས་ཀྱིས་གཟུང་འཛིན་.....  
 གཉིས་སྤྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དམ་པ་རྟོགས་བྱའི་མཆོག་ཏུ་.....  
 ལྷུང་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་བདག་མེད་པས་ན། རྣལ་  
 འབྱུར་པས་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་བསྒྲུབ་པས་སྒྲིམ་པའི་སྟོབས་གྲུབ་  
 བ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྤྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྣང་...  
 བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མངོན་སྲུང་ཏུ་མཐོང་ངོ་། །གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
 མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་མཐོང་ནས། དེ་ཕན་ཆད་ལྟ་  
 བར་བྱ་བའི་བདག་མེད་གཞན་མེད་པས་ན་བདག་མེད་གཞན་རྟོགས་པའི་  
 དོན་ཏུ་འབད་པ་བྱེད་མི་དགོས་པས་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པའོ། །གཟུགས་དང་  
 ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་སོགས་དངོས་པོ་སོ་སོ་བ་རྣམས་སྟོང་པ་ཉིད་ཏུ་རོ་.....  
 གཅིག་པར་རྟོགས་པས་རྣམ་པ་སྤྲེལ་ཆོག་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་.....  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བས་ན་ནི་བའོ། །གསུམ་པ་ཞར་ལ་རྟེན་ལ་སོགས་པ་  
 འཐད་པར་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཐ་སྟད་ཏུ་རྟེན་པ་སོགས་པ་གྲུབ་པའི་  
 ཚུལ། ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་རྣམ་པ་འཇག་གི་རིམ་ལ། བྱིས་པ་དང་རྣལ་འབྱུར་པའི་  
 ཤེས་པའི་བྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དོན་དམ་དང་འགལ་བ་སྤྱང་  
 བ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་དོ་རྩེ་གཟེགས་མ་  
 དང་གཅིག་དང་ཏུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པས་...  
 ཆོས་གང་ཡང་རྣམ་པ་ཅད་ཏུ་ཞིགས་ན་ཅི་སྟེ་དོན་དམ་ལ་དབྱེད་པ་དེའི་ཆོ་



གང་ཆོས་རྒྱལ་ས་འགའ་ཡང་མ་མཐོང་བ་དེ་ལྟར་མཐོང་བའི་རྣམ་འབྱུང་པ་  
 དེ་སྲ་ཞིག་ཡོད་ཅེན། བདེན་ཏེ། རྟོན་དམ་པར་ཏེ་རིགས་པས་རྣམ་པར་  
 དབྱུང་ན་བདག་དང་གཞན་ལ་སོགས་པ་རང་དབང་སྟེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་.....  
 ཡོད་པའི་རྣམ་འབྱུང་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། ལྟོང་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱ་བའང་  
 ཅི་ཡང་མེད་དོ། རྟོན་དམ་པར་ཅི་ཡང་མེད་པ་དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་སྣང་  
 ཆོད་ཅུམ་དུ་ངེ་ལྟར་གཟུགས་དང་། ཆོར་བ་ལ་སོགས་པར་སྣང་བའི་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཅུམ་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ཡུལ་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་གཟུགས་སོགས་མཐོང་.....  
 རོ། ཞེས་ཐ་སྟད་འདོགས་སོ། གང་གིས་ཞེན། ལྟ་སྦྱོན་ནམ་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་  
 ཤེས་པས་སོ། མཐོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟད་འདོགས་མོད་ཀྱི། མཐོང་བ་པོའི་  
 བདག་དང་དབང་ལྷག་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། འདེའི་དེ་བཞིན་དུ།  
 རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲ་བའི་སྐབས་འདིར་ཡང་གཟུང་འཇིག་གཉིས་སུ་མེད་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རོ་བོ་ཅུམ་ཡང་སྣང་བ་མེད་པའི་སྟངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 པ་ཁོ་ན་འབྱུང་བ་ན་སྣང་བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྟངས་ཉིད་མཐོང་རོ་ཞེས་  
 ཐ་སྟད་དུ་དེ་ལྟར་མིང་འདོགས་སོ། འོ་ན་རྟོན་དམ་པར་ཆོས་གང་ཡང་  
 མེད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོན་དམ་པར་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མེད་མོད་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དུ་སྟངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣམ་འབྱུང་པའི་.....  
 ཤེས་པའམ། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྟོགས་པའི་སོ་སོ་སྟེ་པོའི་ཤེས་པ་གཞན་  
 ཡང་བྱང་སྟེ། ཀུན་རྫོབ་དུ་མི་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། འདེའི་བས་ན་ལམ་སྦྱོར་  
 པའི་རྟེན་རྣམ་འབྱུང་པ་སོགས་མེད་པར་ཐལ་བའི་སྦྱོར་མེད་དོ། གཉིས་པ་  
 ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྒྱུར་བ་ནི། རྟོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་དུ་



ལམ་སྒྲིམ་པ་ཡོད་པ་དེ་སྐད་ཏུ་འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་བསྟན་པའི་.....  
 མདོ་ལས་བཀའ་སྩལ་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་དོན་དམ་པར་དངོས་པོ་མེད་  
 ། གུན་རྫོབ་ཏུ་ལམ་བསྒྲིམ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ་།  
 གཉིས་པ་གུན་རྫོབ་ཀྱི་རྣམ་བཞག་གི་རིམ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། གུན་རྫོབ་མེད་  
 པ་ལ་གཞོན་བྱེད་བཞིན་པ་དང་། བ་སྟངས་ཏུ་རྒྱ་འབྲས་སྤང་ཅམ་ཏུ་བྱུང་པ་  
 དང་། གུན་རྫོབ་སྤང་བའི་རྒྱ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བ་སྟངས་ཏུ་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་དང་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་མའི་ན་། ཉན་ཐོས་དང་  
 རང་ཉིད་གཅིག་ཤུའི་དོན་ཏུ་སངས་རྒྱས་པས་རང་སངས་རྒྱས་དང་།  
 གཞན་དོན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་དོན་ཏུ་སེམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། སྤངས་རྟོགས་སུན་ཚོགས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་དང་།  
 ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་གནས་སོ་སོར་སྐྱེ་བས་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་སོགས་པའི་གང་  
 ཟག་གི་བྱེ་བྲག་གྲང་རྣམ་པར་ཅི་ཡིས་དབྱེ། གུན་རྫོབ་ཏུ་རྒྱ་འབྲས་མེད་པ་  
 ལ་ཡང་སྒྱུན་འདི་ལྟར། དངོས་པོ་གང་ལ་གུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་  
 པ་དེ་ནི་གུན་རྫོབ་ཏུ་འང་མི་སྐྱེ་སྟེ། དཔེར་ན་རི་པོང་གི་རྩ་བཞིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་བ་སྟངས་ཏུ་རྒྱ་འབྲས་སྤང་ཅམ་ཏུ་བྱུང་པ་ནི། དངོས་པོ་གང་ལ་  
 གུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་རྒྱབ་པ་ཡིན་ཡང་.....  
 གུན་རྫོབ་ཏུ་སྤང་ཅམ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། སྒྲིམ་དང་གཟུགས་བརྟན་དང་  
 བྲག་ཆ་དང་རྒྱ་ཁྲ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་རྒྱན་པ་ཞེས་པའི་དོན་ནི།  
 སྤང་ཅམ་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པ་གཉིས་ཚོགས་ལ་བཞིན་དོ། །  
 སྟགས་དང་སྟན་ལ་སོགས་པའི་མཐུ་ལས་སྤང་བ་སྒྲིམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་.....  
 ཏུ་གུན་རྫོབ་ཏུ་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཡང་། དེ་དག་རིགས་





བས་བརྟག་མི་བཟོད་པས་དོན་དམ་པར་དངོས་པོར་ཡོད་པར་ཉིད་རུ་མི་  
 འགྱུར་རོ། །བརྟག་མི་བཟོད་པའི་དོན་ནི། ལྷང་ཙམ་རུ་ཡོད་ཀྱང་རིགས་  
 བས་བརྟགས་ན་མི་རྟེན་པའི་དོན་ནོ། །སྐྱུ་མ་བཞིན་རུ་གནས་ཚུལ་ལ་  
 སེམས་ཅན་མེད་ཀྱང་འབྲུལ་ངོ་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ཆོག་མཆོག་ས་པ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ལྷང་བ་དེ་བས་ན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་མདོ་ལས་  
 གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་རུ་ལྷང་བའི་རྒྱ་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་  
 རོས་བབྱུང་བ་དང་། ལྷང་དང་སྐྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཀུན་རྫོབ་རུ་རྒྱ་ལས་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་བརྟན་པ་དེ་ལ་འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་སྐྱུ་  
 མ་ལྟ་བུའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ངོ་། །དཔེ་དེ་  
 བཞིན་རུ་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིན་སོགས་པ་རོལ་རུ་སྤྱིན་པ་དང་པོ་  
 བཞི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་དང་། བསམ་གཏན་དང་བདག་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སྐྱུ་མའི་སྤྲུགས་དང་རྣམས་ལྟ་བུའི་དབང་  
 གིས་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་འཁོར་བའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་དཔེར་བཟོད་ནས་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པར་  
 མཛད་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། འགྲོ་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དེ་སྐད་རུ། འཕགས་  
 པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་རུ་སྤྱིན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྤྲུལ་ཏོ། །རབ་  
 འབྱོར་འདི་ལྟར་ཞེས་སོགས་སོ། །མདོའི་དོན་ནི། འགྲོ་བའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ནི་སྤྱུལ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཀའ་བཟུལ་ལ་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྤྱུལ་པའོ། །ལ་  
 ལ་ནི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱུལ་པའོ། །ལ་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱུལ་  
 པའོ། །ལ་ལ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྤྱུལ་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟེ། འདིས་ནི་  
 རྣལ་འབྱོར་པའི་སྤྱུལ་པ་བརྟན་ནོ། །ཀའ་བཟུལ་ལ་ནི་ཉོན་མོངས་པས་







སྐྱལ་པའོ། །གང་ཟག་ལ་ལ་ནི་ལས་ཀྱིས་སྐྱལ་པ་སྟེ། རབ་འབྱར་ཀྱན་ནས་  
 ཉན་མོངས་པ་དང་ནམ་པར་བྱང་བའི་སྐྱལ་པའི་ནམ་གངས་འདིས་ནི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱལ་པ་ལྟར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །གསུམ་པ་བྱིས་པ་དང་ནམ་  
 འབྱར་པའི་ཤེས་པའི་བྱང་པར་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བཏགས་པ་དང་། ནལ་  
 འབྱར་པའི་ཤེས་པ་བྱེ་བྲག་རྒྱ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ནལ་འབྱར་པ་  
 ནམས་དང་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ནམས་ཀྱི་ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། སྤྱང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ནལ་འབྱར་པ་དེ་དག་ནི་སྐྱུ་མ་མཁན་སྐྱུ་མ་ལ་བདེན་པར་  
 ཞེན་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་རྒྱ་འགོ་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དེ་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
 པ་བཞིན་རྒྱ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྒྱ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་འགོ་བ་གང་ལའང་.....  
 བདེན་པ་ཉིད་རྒྱ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་དོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་དེས་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་ནལ་འབྱར་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ནམས་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲུབ་ན་བྱིས་པ་  
 ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་རྟོགས་པ་ཅི་ཞེ་ན། གང་དག་བྱིས་པ་ནམས་ནི་སྐྱུ་མ་  
 མཁན་གྱིས་སྐྱལ་པའི་སྐྱུ་མ་ལ་བཏུང་མོ་བ་བཞིན་རྒྱ་ཡུལ་རྒྱ་སྤང་བ་དེ་ལ་  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་བདེན་པ་ཉིད་  
 རྒྱ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དེ་དག་ནི་བྱིས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་རྒྱ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དོན་དམ་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་རྒྱ་ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་མ་རྟོགས་སོགས་དེ་དག་གི་  
 བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་འགལ་བ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ནལ་འབྱར་པའི་ཤེས་པ་  
 བྱེ་བྲག་རྒྱ་བཤད་པ་ནི། ནལ་འབྱར་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་  
 རྟོགས་པ་དེ་སྤང་རྒྱ་ཡང་། འཕགས་པ་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་





ལས་ཀྱང་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །དཔེར་ན་ཞེས་སོགས་སོ། །མདོའི་དོན་ནི། དཔེར་  
ན་སྤྱུལ་སྤྱུལ་པར་བྱེད་པའི་མཁའ་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱུལ་པ་བྱས་ནས་ཐག་པ་ལ་  
སོགས་པས་བཅིངས་པ་ལས་ཐར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བཙོན་པ་བསྐྱེད་པ་.....  
གཞན་དོར་སྟོན་པ་དེས་ནི་གདོད་ནས་སྤྱུལ་བ་དེའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་པས།  
སྤྱུལ་པ་དེ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་ཆགས་པ་མེད་པའི་དཔེ་དེ་བཞིན་དུ།  
འདོད་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པ་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་སྤྱུལ་པ་དང་འདྲ་.....  
བར་ཤེས་སོ། །གང་གིས་ན་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་  
པ་བྱང་ཆུབ་ལེམས་དཔས་སོ། །འགྲོ་བ་སྤྱུལ་པ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་ཀྱང་ཐ་  
སྟོད་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བཙོན་པའི་གོ་བཤོས་ཏེ་གཞན་.....  
དོན་ལ་འབད་དོ། །འོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་སྤྱུལ་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་དུ་སྤར་  
ནས་ཤེས་ཞེས་འབྱུང་དོ། །བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་བསྟན་ཟིན་རྟོ། །གསུམ་  
པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱང་དུ་འཇུག་པ་དེ་ལྟར་  
སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་འདིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྟོང་པ་ཉིད་སྒྲིམ་པར་བྱའོ། །  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་འཛིག་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ལ་བྱིང་བ་དང་.....  
ཁྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོན་བྱང་ན་སྤར་ནི་གནས་ཀྱི་སྐབས་  
སུ་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་གཉེན་པོས་ཞི་བར་བྱའོ། །འོ་ན་ཞི་གནས་དང་ལྷག་  
མཐོང་བྱང་འབྲེལ་དུ་རྫོགས་པའི་དུས་གང་ཞེན། དུས་གང་གི་ཆོ་ཆས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་ནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་.....  
དམིགས་པ་ལ་བྱིང་བ་དང་ཁྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྦྱོན་དང་  
བྲལ་ཞིང་གོམས་པའི་སྟོབས་གྲུབ་པ་ན་འབད་ཚུལ་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་  
མེད་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ཞི་.....





གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱེད་ཏུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་ལམ་རྒྱུགས་པ་ཡིན་  
 བོ། ཞེས་བྱའོ། ཞི་ལྷག་བྱེད་འཇུག་ཏུ་བསྒྲིམས་པ་དེའི་ཆོའི་སྲིད་ཏུ་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་གྱིས་མི་གཡོ་བར་སྒྲིམ་ནུས་པ་དེ་སྲིད་ཏུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
 མོས་པའི་སྒྲིབས་གྱིས་མོས་པས་སྒྲིད་པའི་ས་ལ་གནས་པས་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ།  
 ཇི་ལྟར་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བཞུག་ཟིན་ཏོ། གསུམ་པ་མཉམ་བཞག་ལས་ལྷང་  
 བའི་བྱ་བ་ལ་བཞི་སྟེ། ཆོས་ཐམས་མུ་མ་ཙམ་ཏུ་ལྟ་བ། སྒྲིང་ཉིད་མཛོགས་  
 པ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་བསྐྱེད་པ། ཆོགས་གཉིས་གྱི་དགེ་བ་ལ་འབད་པ། དེ་དག་གི་  
 ཤེས་བྱེད་གྱི་ལྷང་བྱེད་བའོ། །དང་པོ་ནི། མཉམ་པར་བཞག་པའི་རྩེས་དེ་  
 ནས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་ལངས་ལ། སྒྱུལ་  
 དཀྱང་མ་བཤེག་པར་འདི་སྒྲིམ་ཏུ་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། ཡོད་ནི་ཕྱིན་གི་  
 ཆོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་མོད་གྱི།  
 ཀྱན་རྒྱུ་ཏུ་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཏུ་ཡོད་པར་བསམ་མོ། །དོན་  
 དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཚུལ་དེ་སྐད་ཏུ་ཡང་.....  
 འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔལ་འཁྲེལ་སྟགས་སོ། །འདིའི་དོན་ནི། ཇི་ལྟར་བྱང་རྒྱུ་  
 སེམས་དཔལ་བདག་མེད་གྱི་དོན་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 རིགས་གྱི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། ཕྱིན་གི་ཆོས་འདི་དག་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔལ་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སོ་སོར་རྟོག་  
 གོ། ཇི་ལྟར་ན་ཕྱང་པོ་ལྟ་ལས་གཞུགས་ལ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིགས་པས་  
 སོ་སོར་རྟོག་གོ། ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་དང་འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་འདི་གཞུགས་





ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་ན་གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་སྐྱེ་བ་མི་དམིགས་སྐྱེ་གང་.....  
 ལས་འབྱུང་བའི་ཚུལ་མི་དམིགས། ཐ་མར་འགག་པའི་འགྲོག་པ་མི་  
 དམིགས་སོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སོགས་མི་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་རྒྱ་འབྲུ་ཤེས་  
 དང་འབྲུ་བྱེད་ཆམས་དང་ཆམ་པར་ཤེས་པའི་སྐྱེ་བ་སོགས་དབྱེད་ན་མི་.....  
 དམིགས་སོ། །སྐྱེ་འགག་མེད་པ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་  
 གནས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆམ་པར་དབྱེད་ན་ཡིན་གྱི། ཐ་སྐྱད་  
 པའི་སྒྲིའི་ངོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་ཅམ་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཁེས་སྐྱེ་  
 ཆེར་འབྱུང་ངོ། །གཉིས་པ་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པ་ལ་སྟོང་རྗེ་བསྐྱེད་པ་ནི།  
 འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་བྱས་པའི་སྒྲ་ཅན་འདི་དག་ངོ་པོ་.....  
 ཉིད་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཆམས་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་དབང་..  
 གིས་འཁོར་བ་ན་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོ་བཞིན་རྒྱ་འབྲུམ་ཞིང་། སྤྱག་བསམ་ལ་གྱི་  
 སྤྱག་བསམ་སོགས་སྤྱག་བསམ་སྤྲ་ཆོགས་པ་དག་ཉམས་སུ་ཕྱུང་ངོ་སྟམ་རྒྱ་.....  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་མངོན་སུམ་རྒྱ་བྱས་ལ། འདི་སྟམ་རྒྱ་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་  
 ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱས་ནས་གསུལ་བྱ་འདི་དག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་.....  
 བསྐྱར་བར་བྱས་ནས་ཆོས་ཉིད་ཁོང་རྒྱ་ཆུད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་.....  
 ལྟར་བྱའོ། །སྟམ་རྒྱ་བསམ་མོ། །གསུམ་པ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་འབད་  
 པ་ནི། མཉམ་བཞག་ལས་ལངས་ནས་སྐྱེ་དགྲུང་བཤེག་པའི་རྗེས་དེ་ནས་  
 སངས་རྒྱས་བྱང་དང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་.....  
 གསུམ་གྱིས་མཆོད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ངག་གིས་བསྟོད་པ་  
 གསེལ་རྟེ། རི་ལྟར་སྒྲོན་པའི་དོན་འགྲུབ་པའི་ཆེད་རྒྱ་འཕགས་པ་བཟང་པོ་





སྒྱུད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདབ་པོ། །དེའི་རྗེས་དེ་ནས་  
 ལྷོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྤྱིང་རྗེའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་གྱི་བྱུང་པར་...  
 གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པའི་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་དང་།  
 ཆོས་ནམས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་མཐའ་དག་སྐབ་པ་...  
 ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་དེ་དག་གི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དྲང་བ་ནི། རྗེས་  
 ཐོབ་ཏུ་ཆོགས་གཉིས་སོག་པའི་ཚུལ། དེ་སྐད་དུ་འཕགས་པ་ཆོས་ཡང་དག་  
 པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྤྱལ་ཏོ། །མདོ་དེའི་དོན་ནི། གནས་  
 ཚུལ་གྱི་དོན་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་.....  
 དཔའ་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སེམས་ཅན་ནམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་...  
 སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འཇུག་གོ། །སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འཇུག་པ་དེ་ཡང་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་འདི་སྤྱམ་དུ་བདག་གིས་ཕྱིན་ད་གི་ཆོས་...  
 ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་མཐོང་བའི་མཚན་མ་མེད་.....  
 པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདི་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐབ་  
 པར་བྱའོ་སྤྱམ་དུ་སེམས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
 དེས་ཐུགས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བསྐྱལ་བས་གཞན་དོན་དུ་ལྷག་པ་ཐུ་ངན་ལས་...  
 འདས་པའི་ཆེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ལྷག་པའི་སེམས་དང་། ལྷག་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐབ་པ་གསུམ་པོ་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་.....  
 ནས་དེའི་འབྲས་བུ་ལྷན་མེད་པའི་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་...  
 པ་སྟེ། ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་  
 བར་བྱའོ། །བཞི་པ་ཐུན་མོང་གི་བྱ་བས་དོན་བསྐྱེད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཟུང་  
 འཇུག་གི་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་བཟན་པ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དྲང་བ་དང་།





དོན་བསྐྱབ་བ་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིན་སྟགས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་དང་སྤྱང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་བྱུང་ཏུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པ་འདི་ནི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ཏེ། ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་ལམ་  
 ཡིན་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར། མཉམ་བཞག་ཏུ་དོན་དམ་པ་སྤྱང་པ་ཉིད་མཐོང་  
 ཡང་། རྗེས་སྐོབ་ཏུ་ཀུན་རྫོབ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱན་མི་གཙང་ལ། ཀུན་རྫོབ་  
 ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱན་མ་བཅད་པས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་...  
 པོ་སྤྱན་ཏུ་འགྲོ་ཁིང་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་བདེན་འཛིན་མེད་པར་རྗེས་སྐོབ་ཏུ་...  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་ཆོས་སྤྱན་པ་དང་། སྤྱིན་པ་ལ་སྟགས་པ་ལ་འཇུག་  
 བ། གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལྷང་བྱང་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། མདོ་སྟེ་དཀོན་མཆོག་  
 སྤྱིན་དང་། ཆོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པ་དང་། སྟོགས་མི་བྱང་པའི་མདོ་བྱང་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱུང་འཇུག་དེ་སྐད་ཏུ་འཕགས་པ་  
 དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྩལ་ཏེ། ཇི་ལྟར་ན་ཞེས་སྟགས་སོ། །  
 དོན་ནི་ཇི་ལྟར་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་སྟེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་མཁས་པ་...  
 ཡིན་ཞེ་ན། མི་ལ་འཇུག་པ་འདི་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་  
 ལྟག་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྟགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོབ་ཀྱང་དོན་དམ་པར་...  
 གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་ཡང་མི་དམིགས། སྟོབ་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཡང་  
 མི་དམིགས་ཏེ་ཞེས་བྱའོ། །བྱུང་འཇུག་ལ་སྟོབ་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་དེ་དང་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་དེས་ཆད་པར་ལྟ་བར་མི་ལྟང་  
 འོ། །ཞེས་འབྱུང་འོ། །གཉིས་པ་ནི། འཕགས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་  
 པར་སྦྱད་པ་ལས་ཀྱང་བྱུང་འཇུག་གི་ལམ་བཀའ་སྩལ་ཏེ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྟབ་པ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་སྟགས་སོ། །འདིའི་དོན་བཤད་པ་





ལ་གཉིས་ཏེ། ཐབས་ཀྱི་ཆ་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཚུལ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ལ་སྒྲོབ་  
 པའི་ཚུལ་ལ། །དང་པོ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་ལྷས་ཀྱི་ལས་དགེ་བ་གང་ཅི་ལགས་པ་དང་། རག་གི་ལས་དགེ་བ་  
 གང་ཅི་ལགས་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ལས་དགེ་བ་གང་ཅི་ལགས་པ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་ནི་འཁོར་བ་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་  
 སླིང་ཇེ་འི་ལྟ་བས་འབྱུག་པར་ལགས་སོ། །སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་ལ་  
 འབྱུག་པ་ཐམས་ཅད་སླིང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་ཏུ་འགྲོ་བ་ལགས་སོ། །སླིང་ཇེ་  
 ཆེན་པོའི་གཞན་དབང་ཏུ་གྱུར་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་ལྷས་རག་གི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་སླིང་ཇེ་ཆེན་པོའི་ཚ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷས་རག་གི་དགེ་བའི་ལས་  
 ཐམས་ཅད་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་ཚ་བ་ཅན་ཏུ་བསྟན་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ལྷས་རག་གི་དགེ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་མ་འོངས་པ་ལ་སྒྲུན་པ་དང་། ཆེ་འདིར་བདེ་བར་བགྱིད་པའི་ལྷག་  
 པའི་བསམ་པ་ལས་བྱང་བ་ལགས་སོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲུན་པར་  
 བགྱི་བའི་བསམ་པ་དང་ལྷན་པ་དེ་འོག་ནས་འབྱང་བ་འདི་སྒྲུམ་ཏུ་འདུ་  
 ཤེས་བགྱིད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་འོངས་པ་ན་ཕན་པ་དང་། ཆེ་  
 འདིར་བདེ་བ་སྦྱབ་པའི་བྱ་བ་སྤྲན་སྤྲུམ་ཆོགས་པ་སྦྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 བདག་གིས་འབད་ནས་སྦྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲུམ་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤང་པོ་ལ་ཇི་ལྟར་  
 རྟོག་པའི་ཚུལ་དང་། ཁམས་ལ་ཇི་ལྟར་རྟོག་པའི་ཚུལ་དང་། སྦྱུང་ཆེད་ལ་ཇི་  
 ལྟར་རྟོག་པའི་ཚུལ་དང་། སྤང་པོ་ལ་རྟོག་ཚུལ་ཕྱེ་སྟེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་





བོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཡུང་པོ་རྣམས་ལ་སྒོ་ལ་སྤང་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་  
 གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རང་.....  
 བཞིན་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའང་སྒྲུབ་ལ། ཐ་སྙད་སྤང་ཚུལ་ཅམ་ལ་ཡུང་  
 པོ་ཡོངས་སུ་འདྲོར་བ་ཡང་མི་འཚལ་ལོ། །གཉིས་པ་ནི། །ཁམས་རྣམས་ལ་  
 སྒྲུལ་གདུག་པ་ཅན་གྱིས་གཞན་འཛིན་པ་ལྟ་བུར་རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་.....  
 འཛིན་པའི་ཚུལ་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཡང་སྒྲུབ་པ་ཐ་.....  
 སྙད་སྤང་ངོ་ཅམ་བྱ་ཁམས་ཡོངས་སུ་འདྲོར་བར་ཡང་མི་འཚལ་ལོ། །གསུམ་  
 པ་ནི། སྒྲེམ་ཆེད་རྣམས་ལ་གོང་སྤྱང་པ་སྒྲེལ་བྱ་བ་ལྟས་པའི་དུས་སུ་སྤང་  
 ཡང་ནང་ན་སྤོང་མཁན་མེད་པ་ལྟར་སྤྱིང་པོ་མེད་པའི་ཚུལ་བྱ་སོ་སོར་རྟོག་  
 པ་ཡང་སྒྲུབ་ལ། ཐ་སྙད་སྤང་ཆོད་བྱ་སྒྲེམ་ཆེད་ཡོངས་སུ་འདྲོར་བར་ཡང་  
 མི་འཚལ་ལོ། །བཞི་པ་ནི། གཞུགས་ནི་དབུ་བ་རྟོལ་པ་ལྟར་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་  
 སོ་སོར་རྟོག་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པོ། །འོ་ན་གཞུགས་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་རྟོགས་པས་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཞུགས་ཀྱང་མི་སྒྲུབ་བམ་ཞེ་ན། ཀུན་རྫོབ་ཐབས་  
 ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཞུགས་ཀྱི་སྒྲུ་མངོན་པར་སྒྲུབ་པ་ཡང་མི་.....  
 འདྲོར་རོ། །ཆོར་བ་ལ་ཆུའི་ཆུ་བྱར་ལྟར་གྲོ་བ་ཆུང་བར་སོ་སོར་རྟོག་པར་  
 ཡང་སྒྲུབ་པོ། །འོ་ན་ཆོར་བ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྩ་མུང་  
 བའང་མི་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། ཆོར་བ་མུང་བའི་ངོ་བོ་ལ་ཞེན་པ་མེད་ཀྱང་དེ་  
 བཞིགས་གཤེགས་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། དཔའ་བར་འགྲོ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། ཐོད་ཀྲལ་གྱི་སྒྲུ་མས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་བདེ་བ་མུང་བའི་སྒྲུབ་པའི་སྒྱུར་བ་ཐབས་ཀྱིས་མི་བརྟོན་པ་.....  
 ཡང་མ་ལགས། འདུ་ཤེས་ལ་སྒྲིག་སྒྲུ་ལྟ་བུར་མི་བརྟན་པར་གཡོ་བས་མངོན་







པར་ཞེན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཡང་སྤྱབ་པོ། །འོ་ན་མཚན་  
 མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་སྤྱང་བས་ངེ་ལྟར་ངེ་སྟེད་ཀྱི་མཚན་མ་རྟོག་  
 པ་ཡང་སྤྱང་དགོས་སོ་ཞེ་ན། མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་ལ་སྟིང་པོ་  
 མེད་པར་རྟོགས་ཀྱང་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་རྟགས་དང་མཚན་མ་  
 མ་ལུས་པ་མཁྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱབ་པའི་སྤྱོད་པ་མི་སྤྱབ་པ་ཡང་མ་ལགས་སོ།  
 འདུ་བྱེད་རྣམས་ལ་ཆུ་ཤིང་ལྟར་སྟིང་པོ་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཡང་སྤྱབ་  
 པོ། །འོ་ན་འདུ་བྱེད་སྤྱང་བ་ལ་འཇུག་པས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་སྤྱང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ལ་ཞེན་པ་སྤྱང་  
 ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྟོབས་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་འདུ་བགྱི་བ་མི་  
 སྤྱབ་པ་ཡང་མ་ལགས་སོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱུ་མའི་རྟ་སྤང་ལྟར་འགྲོ་  
 འོང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྤྱང་ཡང་བྱ་བྱེད་མི་བདེན་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཡང་  
 སྤྱབ་པོ། །འོ་ན་བྱ་བྱེད་ལ་ཞེན་པ་སྤྱང་བས་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་གང་ཡང་  
 སྤྱབ་པ་ལ་མི་འཇུག་གོ་ཞེ་ན། ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཏུ་འགྲོ་བའི་གཞན་དོན་ལ་  
 འཇུག་པའི་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་མི་འདོར་བར་བསྟན་པ་ནི། ཡེ་ཤེས་ཐོག་  
 མར་སྤྱོད་ཏུ་འགྲོ་བའི་ལུས་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་སྤྱབ་པའི་སྤྱོད་པ་མི་སྤྱབ་  
 པ་ཡང་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ངོ། །གསུམ་པ་  
 ཟུང་འཇུག་ལ་བསྤྱབ་པར་གདམས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་ཀྱི་དོན་དང་།  
 ལུང་དང་སྒྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་  
 ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་གནས་སྐབས་མཉམ་བཞག་ན་གཞན་ལ་  
 སྤྱོད་པ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་ལ་དངོས་སུ་བརྟེན་པ་མི་འབྱུང་  
 མོད་ཀྱི། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྤྱོད་སོགས་ཐབས་ལ་བརྟེན་པའི་དུས་ན་བྱང་ཆུབ་





སེམས་དཔའ་སྐྱུ་མ་མཁན་རང་གི་སྐྱུ་མ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པ་ལྟར་སྤང་ལ་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དངོས་སུ་སྦྱར་བའི་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བ་དངོས་པོའི་  
 རྟོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་པའི་དག་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཡོད་པར་ཉིད་དེ། དེས་ན་སྦྱར་བའི་དུས་སུ་ཡང་ཐབས་དང་ཤེས་  
 རབ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་ལམ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལུང་  
 དང་སྦྱར་བ་ནི། འཕགས་པ་སྒྲོ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
 བསམ་གཏན་མི་ཟད་པར་བསྟན་པའི་སྐབས་ནས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
 བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་ལམ་འབྱུང་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །  
 བསྐྱབ་པ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

### བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བྱ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བྱ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་  
 པ་དང་། སྔ་སར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་འདིས་བྱུང་བ་སེམས་དཔའ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
 གཉིས་རྟག་དུ་སྦྱར་བའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། གུས་པར་སྦྱར་བའི་བཙུན་  
 འགྲུས་ཀྱིས་ཡུན་རིང་པོར་གོམས་པར་བྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱོམས་ན་  
 འབྲས་བྱ་རྟོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་བརྩུག་གཉིས་སུ་འགྱུར་རོ། །  
 རྟོགས་པའི་གནས་སྐབས་དེ་དག་ནི་རྟོགས་པ་གོང་མ་གོང་མའི་གནས་སམ་  
 རྟེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར། སར་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། ཆོས་ཉིད་བདག་མེད་པའི་  
 རྟོན་མདོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་ཀྱང་ངེས་པ་བརྟན་པོ་ཐོབ་པས་མོས་པས་  
 སྦྱང་བའི་ས་ཞིས་བརྗོད་པ་ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་ས་བརྩུག་གཉིས་





ལུ་ལྷན་པར་བཞག་གོ། གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མོས་པས་  
 སྦྱད་པའི་ས་བཤད་པ་དང་། ས་བརྩའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ་དང་།  
 མཐར་ཐུགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ་སྟེ། སྤྱིའི་མཆོན་  
 ཉིད་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། དབྱེ་བ་དང་། སོ་སོའི་མཆོན་  
 ཉིད་དང་། ལྷ་གྲངས་སོ། །དང་པོ་ནི། ས་བརྩ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་རི་སྤྱིད་  
 ཏུ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་ལུ་རུ་.....  
 རྟོགས་པར་མི་བྱེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཆོགས་ལམ་རུ་སྐོས་བསམ་གྱིས་  
 རིགས་པས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དོན་བསྐྱམས་པས་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 གསལ་སྤང་ཅུང་ཟད་སྐོབ་པས་ན་མོས་པ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་ཙམ་རུ་ཟད་དེ།  
 མངོན་ལུ་རུ་མ་གཏོགས་སོ། །བདུད་དང་ལྷ་སྟེགས་ལ་སོགས་པས་རང་གི་  
 རྟོགས་པ་ལས་གཞན་རུ་མི་བྱེད་ལ། གང་གི་ཆོས་སྤྱི་བྱང་གི་མོས་པའི་  
 སྟོབས་ཁོ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྤྱི་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆོ་ཆོགས་ལམ་ལས་ལྷག་  
 པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མོས་པ་བརྟན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་མོས་པས་སྦྱད་.....  
 པའི་ས་ཞེས་ལྷན་པར་བཞག་གོ། གཉིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།  
 མོས་པས་སྦྱད་པའི་ས་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སོ་སོ་  
 སྟེ་པོ་ཡོན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་བྱིས་པའི་འཆིང་བ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ལྷ་སྟེ་  
 བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་  
 དང་། ཟད་པར་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་  
 བརྟེན་པའི་གཟུངས་དང་། འགོག་པའི་ལྷ་ཐར་མ་གཏོགས་པའི་ལྷ་  
 པར་ཐར་པ་རྣམས་དང་། ཟག་པ་ཟད་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་  
 པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྲངས་མེད་པ་...





དག་དང་ལུན་པར་འཕགས་པ་དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གསུམ་པ་དབྱེ་བ་ནི། མོས་སྤྱད་ཀྱི་ས་འདི་ཉིད་ལ་ཐ་མ་དང་འབྲིང་དང་  
 མཆོག་དང་རབ་ཀྱི་མཆོག་གི་གནས་སྐབས་བཞིས་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་  
 དང་མཐུན་པ་བཞིར་ནམ་པར་བཞག་སྟེ་ཅེས་བྱའོ། །བཞི་པ་སོ་སོའི་མཆོན་  
 ཉིད་ནི། བཞིར་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆོན་འདི་ལྟར། གང་གི་ཆེ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ནོན་  
 ཏུ་སྤང་བ་སེམས་ལས་ཐ་དད་ཏུ་བདེན་པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་  
 རྣམ་པར་འཛིན་པ་ན་གཟུང་བ་དང་བདེན་པས་སྤྱང་བར་སྦྱོམ་བྱུང་གིས་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་པའི་སྤང་བ་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ངེས་  
 པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་དྲོ་བར་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་འདིར་སྤང་བ་ཐོབ་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་  
 བྱའོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །གང་གི་ཆེ་བཟུང་བ་བདེན་མེད་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 པའི་སྤང་བ་དེ་ཉིད་འབྲིང་ཅམ་ཏུ་གསལ་བར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ངེས་པར་  
 འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ཅེ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་སྤང་བ་  
 མཆོད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །གང་གི་ཆེ་གཟུང་བ་བདེན་མེད་  
 ཏུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་དེ་ཉིད་སྤང་ལས་ཆེས་གསལ་བར་གྱུར་ཏེ།  
 ལྷོ་  
 མི་དམིགས་པའི་སྤང་བ་བྱུང་བ་དེའི་ཆེ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀ་མི་དམིགས་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར། ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཆ་དང་  
 མཐུན་པ་བཟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྤང་པའི་  
 དེ་ཁོན་ཉིད་རྟོགས་ཤིང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་བྲལ་གྱི་ཤེས་པ་ལ་བདེན་  
 འཛིན་གྱི་ལྷག་མ་ལུས་པས་སྤྱགས་ལ་ཞུགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེས་ཀྱང་





བྱ་སྟེ། གཟུང་བ་མི་དམིགས་པས་དེ་ལ་སྟོས་པའི་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཡང་  
 མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པས་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་མི་དམིགས་པར་.....  
 ཟུགས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་། གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་མེད་པའི་ཤེས་པ་ཡང་རྣམ་པར་འཛིག་པར་ཏི་མི་དམིགས་...  
 པར་རྟོགས་པ་དེའི་ཆེ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ཆོས་ཀྱི་.....  
 མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་མཆོག་གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལ་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེའི་དེ་མ་ཐག་པ་ཁོ་  
 བར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དྲིད་  
 བས་བཟུང་ནས་ཆོས་མཆོག་དེའི་བར་དུ་ནི་མོས་པས་སྦྱོད་པའི་ས་ཞེས་བྱ་...  
 བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ས་བརྩའི་གནས་སྐབས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏི་སྤྱིར་  
 བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་བཤད་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། མོས་སྦྱོད་ཀྱི་ས་ལས་ས་  
 གཞན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དག་ནི་མདོར་བསྟར་ན།  
 ཆོས་ཉིད་ལ་སྟོ་འདོགས་གཅོད་ཚུལ་གྱི་ཡན་ལག་བརྩུག་ཅིག་ཡོངས་སུ་.....  
 རྟོགས་པའི་སྟོ་ནས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཡང་ན་ས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་  
 བྱེད་པའི་ཡན་ལག་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བརྩུག་པ་གཙོ་བོར་སོ་སོར་སྟོབ་པ་.....  
 དང་། དེ་དག་ཡོངས་སུ་དག་པའི་བརྩུག་ཅིག་གི་བྱང་པར་གྱིས་ཡོངས་སུ་  
 རྟོགས་པའི་སྟོ་ནས་སར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་  
 གཉིས་ཏི། ས་དང་པོ་བཤད་པ་དང་། ས་ལྷག་མ་དགུ་བཤད་པ་འོ། །དང་པོ་  
 ནི། ས་བརྩུ་ཡོད་པ་དེ་ལས་དང་པོ་ནི་ཐོག་མར་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་.....  
 རྟོགས་པ་ལས་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། འདི་ལྟར་དོན་དམ་པ་སྟོམ་པ་གང་གི་





ཆོ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་གི་འཇུག་ཐོགས་ཁོ་ནར་ཕྱིན་དུ་གི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་མངོན་སུམ་རུ་རྟོགས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒོ་  
 རོན་སྤྱི་ཙམ་ཡུལ་རུ་བྱེད་པ་ལས་འདས་པ་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པའི་སྒྲོས་  
 པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོག་མར་བྱུང་བ་དེའི་ཆོ་  
 བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་དག་པ་ཉིད་ལ་སྤྱིབ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིན་མཐོང་སྤངས་  
 མེད་པ་ལ་ཞུགས་པས་མཐོང་བའི་ལམ་སྟེ་བའི་ཕྱིར། ས་དང་པོར་རྟུན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ས་དང་པོར་རྟུན་པ་དེ་བས་ན་སྤར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་རུ་  
 ཁོང་རུ་མ་རྟུན་པ་ས་འདི་ལ་ཐོག་མར་ཁོང་རུ་རྟུན་པས་ན་ཟག་པ་མེད་  
 པའི་དགའ་བ་དེ་གསར་ཐོབ་རུ་ཡུར་པས་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རབ་རུ་  
 དགའ་བ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེ་རབ་རུ་གནས་པའི་ས་  
 དེར་རབ་རུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །ས་དང་པོའི་གནས་སྐབས་དེར་མཐོང་  
 བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱ་ཙུག་གཉིས་སྤྱོད་ངོ་། །འདི་ནི་  
 མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། འདོད་པའི་ཁམས་ན་  
 ལྷག་བསྐྱེད་མཐོང་སྤངས་ལ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དང་། ལྟ་མིན་ལྟ་སྟེ་བརྒྱ། དེ་བཞིན་རུ་  
 ཀུན་འབྱུང་མཐོང་སྤངས་ལ་བརྒྱ། འགོག་པ་མཐོང་སྤངས་ལ་བརྒྱ། ལམ་མཐོང་  
 སྤངས་ལ་བརྒྱ་སྟེ་བཞི་བརྒྱའོ། །གཟུགས་ཁམས་ན་ཁོང་ཁྱོད་ཕྱི་བས་ལྷག་བསྐྱེད་  
 མཐོང་སྤངས་ལ་དགྲ་དང་། དེ་བཞིན་རུ་ཀུན་འབྱུང་མཐོང་སྤངས་ལ་དགྲ་དང་།  
 འགོག་པ་མཐོང་སྤངས་ལ་དགྲ་དང་། ལམ་མཐོང་སྤངས་ལ་དགྲ་སྟེ་སུམ་བརྒྱ་  
 ཙུག་ །དེ་བཞིན་རུ་གཟུགས་མེད་ཁམས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ཕྱི་བས་གཟུགས་  
 ཁམས་ཀྱི་མཐོང་སྤངས་གི་དབྱེ་བ་བཞིན་རུ་བྱེ་བས་སུམ་བརྒྱ་སྟེ་སྟེ་གོ། །





ཐམས་ཅད་བསྐྱེམས་ན་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ས་ལྷག་མ་དག་  
 བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲིམ་ལམ་སྤྱི་འོ་པོ་བྱེད་ལས་དང་བཅས་པ་དང་།  
 རྒྱས་པའི་ཁྱད་པར་ངེས་ཆོག་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་དག་པོ་  
 རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་རྒྱ་རྟོགས་པ་མཐོང་བྱེད་བསྐྱེམས་པས་སྒྲིམ་  
 པའི་ལམ་གྱི་འོ་པོ་ཉིད་དེ། སྒྲིམ་པའི་ལམ་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་དེ་དག་  
 རྒྱ་ཡང་དང་ཡང་རྒྱ་བསྐྱེམས་པས་ཁམས་གསུམ་པའི་སྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་  
 བའི་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱ་བྱག་སྤྱོད་ངོ་། །བརྒྱ་བྱག་ནི། འདོད་པའི་ཁམས་ན་  
 ལྷན་སྤྱོད་གྱི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བ་དང་མཐར་འཇིག་ལྷ་བ་དང་། འདོད་  
 ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། མ་རིག་པ་སྤྱི་བྱག་དང་།  
 གཟུགས་ཁམས་ན་ཁོང་ཁྱོད་ཕྱི་བས་ལྷ་དང་། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་ཁོང་ཁྱོད་  
 ཕྱི་བས་ལྷ་སྤྱི་ཁམས་གོང་མ་བརྒྱ་སྤྱི་ཐམས་ཅད་བསྐྱེམས་པས་བརྒྱ་བྱག་གོ།  
 གཉིས་པ་ནི། ས་དང་པོ་དེར་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བདག་གཞན་མཉམ་  
 པ་ཉིད་རྒྱ་རྟོགས་པས་བདག་གི་དོན་དང་འདྲ་བར་གཞན་གྱི་དོན་ལ་.....  
 འབྱུག་པའི་ཕྱིར་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པའི་ས་ཞིས་བྱའོ། །ཟག་མེད་གྱི་  
 དགའ་བདེ་གསར་ཐོབ་ལ་གནས་པས་ས་རབ་རྒྱ་དགའ་བ་ཞིས་བྱའོ། །  
 ཆོགས་རྣམས་ལས་སྤྱི་པའི་ས་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་ལ་སྤྱོད་པ་ཤིན་རྒྱ་ཤས་ཆེ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དེས་དོན་དམ་མངོན་སུམ་རྒྱ་ཁོང་རྒྱ་རྒྱང་  
 ཀྱང་རི་སྤྱོད་རྒྱ་ལྱང་བའི་འབྲུལ་བའི་ཆ་ཕྱ་བ་རྣམས་ལ་ཤེས་བཞིན་གྱིས་.....  
 ཟེན་པ་ཉིད་རྒྱ་གནས་པར་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་དེ་སྤྱོད་རྒྱ་ས་དང་པོར་གཏོགས་  
 པའོ། །གང་གི་ཆེ་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཟེན་པའི་རྒྱས་པ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆེ་ས་དང་  
 པོ་སྤྱོད་བའི་ཡན་ལག་རྒྱ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་ཟེན་པས་ས་གཉིས་པར་རྣམ་.....





བར་བཞག་གོ། །ཡང་ན་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྤྱོད་ཡང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 བས་ས་གཉིས་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པ་དེ་བས་ན་ས་དེ་ལ་ལྷུང་བའི་འབྲུལ་བ་ཆ་སྤྱོད་པ་ཡང་ཀུན་རྒྱུ་མི་.....  
 རྒྱུད་པས། ས་དེར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པ་རོལ་རྒྱུ་ཕྱིན་པ་ཤིན་རྒྱུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་  
 རོ། །ངེས་ཆོག་ནི། འཆལ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དྲི་མའི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་  
 དང་བུལ་བའི་ཕྱིར། ས་དེ་ལ་དྲི་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ལྷུང་བའི་འབྲུལ་བ་  
 ཆ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཤིན་རྒྱུ་བྱིན་པར་.....  
 གནས་པ་ཡང་ཡིན་རོ། །རུས་ཇི་སྲིད་རྒྱུ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཉིང་རེ་འཇིན་  
 ཟད་པར་དང་རྣམ་ཐར་གྱིས་བསྐྱུས་པ་སོགས་མཐའ་དག་ལ་སྦྲེམས་པར་....  
 འབྲུག་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལས་ཇི་སྐད་ཐོས་པའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་  
 ཀུན་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འཇིན་མི་རུས་པ་དེ་སྲིད་རྒྱུ་ས་གཉིས་པ་ཁོ་ནའོ། །  
 གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་རུས་པ་དེའི་ཆེ་ལྟག་པའི་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་  
 དེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ས་གསུམ་པར་རྣམ་པར་གཞག་གོ། །ས་གསུམ་པ་དེ་  
 ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐོས་པས་མི་ངོམས་ཉིད་དང་ནི། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་མང་རྒྱུ་ཐོས་པ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཟད་པར་དང་བུལ་གནོད་  
 ལ་སོགས་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཉིང་རེ་འཇིན་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་སྤྱོད་.....  
 པའི་རུས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆོས་འཇིན་པའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་ཕྱིར་རྒྱུ་  
 རྒྱུད་གསུམ་མེ་འོབས་ཀྱིས་གང་བ་བཀལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་.....  
 རྒྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བཟོད་པས་ན་ས་དེར་བཟོད་པའི་པ་རོལ་རྒྱུ་ཕྱིན་.....  
 པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་རོ། །ངེས་ཆོག་ནི། འདིར་འཇིག་རྟེན་པའི་ཉིང་རེ་འཇིན་  
 རྒྱ་སྤྱོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུག་པའི་རུས་པ་ཐོབ་པས་ས་དེ་ནི་.....







འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྣང་བ་ཚད་མེད་པ་འབྱུང་བར་.....  
 བྱེད་པས་ན་འོད་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ། །ས་གསུམ་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་ཟད་པར་ལ་སོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་....  
 མཐའ་དག་ཐོབ་ཀྱང་ངི་སྲིད་རྩ་སྤར་ས་དང་པོར་ངི་ལྷར་ཐོབ་པའི་བྱང་.....  
 ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་འབད་མེད་རྩ་ལན་མང་རྩ་གནས་པར་....  
 བྱེད་མི་རུས་པ་དང་། ཆོས་ལ་སྲིད་པ་དང་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་  
 ཀྱི་སྲིད་པ་བཏང་སྒྲིམས་སུ་བྱེད་མི་རུས་པ་དེ་སྲིད་རྩ་ས་གསུམ་པའོ། །གང་  
 གི་ཆེ་དེ་ལྷར་རུས་པ་དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་.....  
 བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པས་ས་བཞི་པར་རྣམ་པར་གཞག་  
 གོ། །ས་བཞི་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྩས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་དག་  
 གི་བརྗོད་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་བརྗོད་པ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྲེལ་འཇུག་ ཡིད་ཀྱི་  
 གཟུགས་བརྟན་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཀྱི་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་  
 བའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་ཆོས་སུམ་ཅུ་ཅ་བདུན་རྣམས་ལ་ངི་ལྷར་  
 འདོད་པ་བཞིན་རྩ་ལན་མང་རྩ་གནས་པས་ན་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་པ་རོལ་རྩ་...  
 ཕྱིན་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །ངེས་ཆོག་ལ་ས་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བྱང་ཤིང་  
 མཐའ་དག་བསྐྱེད་པར་རུས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་ཆོས་སུམ་ཅུ་ཅ་....  
 བདུན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་འཕྲོ་བ་ཤིན་རྩ་ལྷག་པར་འབྱུང་བས་ན་...  
 འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ། །ངེ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་དེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 ཚུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ངི་  
 སྲིད་རྩ་བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས་སྒྲིམ་པ་ན་འཁོར་བ་ལ་མི་ཚུགས་པ་དང་།  
 ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་མཛོན་རྩ་ཚུགས་པའི་ལྷང་དོར་ཀྱི་སེམས་བརྒྱུག་....





ལྷ་སྒྲིང་རྗེའི་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་ཆོས་སྤང་ཅིག་.....  
 གཅིག་ལ་སྒྲིམ་མི་རུས་པ་དེ་སྤྲིད་དུ་ས་ལཱ་པའོ། །ཀང་གི་ཆེ་དེ་ལྷར་རུས་  
 པ་དེའི་ཆེ་བ་དེན་བཞི་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་དེ་...  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ས་ལྷ་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། ཇིས་ཆོག་ནི། བདེན་  
 བཞི་ལ་མཁས་པ་དེ་བས་ན་ས་དེ་ལ་སྒྲིང་རྗེའི་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་.....  
 ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་སུ་མ་ཅུ་སོ་བདུན་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པའི་སྤྲི་རྒྱུན་གོམས་པར་...  
 བྱེད་པ་ན་ཤིན་ཏུ་སྤྱང་བར་དཀའ་བ་སེམས་ཅན་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 ཡོག་སྤྱབ་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་མི་འགྱུར་བ་སྟེ། དཀའ་བ་གཉིས་  
 སོ་དེ་སྤྱངས་པས་ན་ཤིན་ཏུ་སྤྱང་བཀའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །ས་ལྷ་པ་དེ་ལ་བདེན་  
 པ་བཞིའི་རྣམ་པ་སྒྲིམ་པ་ལན་མང་དུ་བྱེད་པས་བསམ་གཏན་གྱི་པ་རྩལ་དུ་  
 བྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །ས་ལྷ་པ་དེ་ཐབས་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་སྤྲིང་ཉིད་སྒྲིམ་པ་ལ་ལན་མང་དུ་.....  
 གནས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དུས་རི་སྤྲིད་དུ་གཞན་དོན་དུ་འཁོར་བར་  
 འབྱུག་པ་ན་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པས་སྤྱོད་དང་ལྷན་པའི་  
 སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་མ་འཛིན་པར་མེད་པར་གནས་པ་  
 ལ་མཉམ་པར་འཛིན་མི་རུས་པ་དེ་སྤྲིད་དུ་ས་ལྷ་པའོ། །ཀང་གི་ཆེ་དེ་ལྷར་  
 རུས་པ་དེའི་ཆེ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཁས་པའི་ཡན་ལག་དུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་.....  
 པས་ས་རྩག་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ས་རྩག་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་ཁོན་ཉིད་སྒྲིམ་པ་ལ་གཙོ་བོར་...  
 གནས་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྩལ་དུ་བྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཇིས་  
 ཆོག་ནི། རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པ་དེ་བས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྩལ་





ཏུ་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བའི་ཕྱིར། ས་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྟོབས་ལ་  
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལྟར་དུ་ཐོབ་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པས་ན་མངོན་.....  
 སུམ་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། །ས་དུག་པ་དེ་ལ་ནི་བསྐྱེམས་ན་སྦྱོས་པའི་མཆོན་  
 མ་མེད་པར་གནས་པར་རུས་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །རི་སྲིད་དུ་བར་སྐབས་  
 མེད་པར་གནས་པའི་མཆོན་མ་མེད་པར་གནས་པ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་མི་  
 རུས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ས་དུག་པར་གཏོགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་སྦྱོས་པའི་གོ་སྐབས་  
 མེད་པར་མཉམ་པར་འཛོག་རུས་པ་དེའི་ཆེ་འཛོག་འདོད་ཀྱི་བར་དུ་.....  
 མཆོན་མ་མེད་པའི་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དུ་ཡོངས་....  
 སུ་ཚོགས་པས་ས་བདུན་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ས་བདུན་པ་དེ་ལ་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དབའ་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་.....  
 མཆོན་མ་མེད་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དོ། །འདི་ནི་མཆོན་མ་ཉིད་ཀྱང་མཆོན་མ་  
 མེད་པར་རྟོགས་པའི་དོན་ནོ། །འོ་ན་རྗེས་ཐོབ་དུ་ཡང་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་  
 པའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ངོར་སྤང་ཙམ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་མཆོན་མར་བྱས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་འགོག་པར་མི་བྱེད་དོ། །  
 མཆོན་མར་བྱས་པའི་ཐ་སྙད་མཆོན་མ་མེད་པར་རྟོགས་ཀྱང་རྗེས་ཐོབ་དུ་.....  
 མཆོན་མའི་ཐ་སྙད་འགོག་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་བས་ན་ས་དེ་ལ་ཐབས་ཀྱི་པ་....  
 རོ་ལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །ངེས་ཆོག་ནི་ས་འདི་ལ་མཆོན་  
 མ་མེད་པའི་དོན་ལ་ཚོལ་མེད་དུ་ལྟན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཚུལ་དུ་འཛོག་པའི་.....  
 ལམ་ས་བརྒྱད་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། མཉམ་བཞག་གི་སྐད་ཅིག་མའི་  
 བྱང་བ་ཤིན་ཏུ་རིང་དུ་སོང་བས་རིང་དུ་སོང་བ་ཞེས་བྱའོ། །སྤྱོད་ན་འདི་ནི་  
 དབུ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བྱང་བ་ལས་བཤད་དོ། །ཡང་ན་སྦྱུལ་བཅས་ཀྱི་སྦྱར་





བའི་མཐར་ཕྱིན་པས་རིང་ཏུ་སོང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་ལས་བཤད་དོ། །  
 ས་བརྟན་པ་ལ་གནས་པ་དེ་ཚྱལ་བ་བྱས་ན་མཚན་མ་ཕྱ་མོའི་གོ་སྐབས་ཀྱང་  
 མེད་པར་མཚན་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པ་འང་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དེ་རི་སྟིང་ཏུ་འབད་ཚྱལ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པས་འབྱུག་་་  
 པའི་མཚན་མ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་ལ་མཉམ་་་  
 པར་འཛིག་མི་རྣམས་པ་དེ་སྟིང་ཏུ་ས་བརྟན་པའོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་རྣམས་པ་  
 དེའི་ཆེ་ཚྱལ་བཅས་ཀྱི་མཚན་མེད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོན་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་་་  
 ཡོངས་སུ་རྟོགས་པས་ས་བརྟན་པར་ནམ་པར་བཞག་གོ། །ས་དེ་ལ་འབད་  
 ཚྱལ་ལ་མ་ལྟོས་པས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་་་  
 ལྟག་པར་འབྱན་པས་དགེ་བའི་ཚུགས་ལ་སྦྱར་བས་ན་སྟོན་ལམ་གྱི་ཕ་རོལ་་་  
 ཏུ་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །སའི་ངེས་ཆོག་ནི། སྟོན་པའི་མཚན་  
 མ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་ལ་འབད་པའི་ཚྱལ་བས་མི་བསྐྱེད་་་  
 པའི་ཕྱིར་མི་གཡོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །ས་དེ་ལ་ནི་འབད་ཚྱལ་མེད་པར་ལྷན་གྱིས་  
 གྲུབ་པར་མཚན་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་སྟིང་ཏུ་མིང་གི་ནམ་  
 གངས་དང་། ངེས་པའི་ཆོག་དང་། ཆོས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 རབ་ཏུ་དབྱེ་བས་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་་་  
 པས་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་དབང་ཏུ་ལྷུར་པར་མི་རྣམས་པ་དེ་སྟིང་ཏུ་ས་བརྟན་པའོ། །  
 གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་རྣམས་པ་དེའི་ཆེ་ས་དེ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་ཡན་ལག་་་  
 ཏུ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པས་ས་དགྲ་པར་ནམ་པར་བཞག་གོ། །ས་དེ་ལ་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞིའི་བྱང་པར་ཐོབ་པས་་་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱི་བྱང་པར་གཞན་ལས་སྤུལ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་ལྡན་པས་་་





ན་ས་དེར་སྟོབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། ། ཇིས་  
 པའི་ཆོག་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞིའི་སྒྲི་  
 རྣམ་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་མཁུས་པའི་བྱེད། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་ལ་མི་མཁུས་པའི་  
 ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་བྱེད་པར་གཞན་ལས་ཆེས་ཆེར་སྤུལ་ཏུ་  
 བྱང་བ་དང་ལྡན་པ་ཐོབ་པས་ས་དེ་ལ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཞིས་བྱའོ། ། ས་དེ་  
 ལ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི་རྗེས་མཐུན་ས་ཐོབ་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །  
 མཚན་ཉིད་པ་ནི་མ་ཐོབ་ལྟེ་འདྲི་བ་ཀྱན་གྱི་ལན་འདེབས་པར་མི་རྣམས་པས་  
 སོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་ན་སངས་རྒྱས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། ། ཇི་སྲིད་ཏུ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཏུ་སངས་རྒྱས་པ་དང་འཕགས་པའི་འཁོར་ལུང་སུམ་ཆོགས་  
 པས་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ་དང་མཆོག་གི་སྤུལ་པ་ལ་སོགས་པ་མཛད་པ་བརྒྱ་  
 གཉིས་བརྟན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པར་  
 ཡོངས་སྤྱོད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཏུ་སེམས་ཅན་  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་མི་རྣམས་པ་དེས་སྲིད་ཏུ་ས་དགུ་པའོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་  
 ལྟར་རྣམས་པ་དེའི་ཆེ་ས་དགུ་པ་དེ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཡོངས་སུ་  
 རྒྱུགས་པས་ས་བརྒྱ་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཏུ་  
 སངས་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་སོགས་ས་བརྒྱ་པའི་གནས་སྐབས་འདྲིར་རྣམས་པ་  
 ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་  
 མཐོང་ལམ་ཏུ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་མངོན་ཏུ་གྱུར་པའི་རྣམས་པ་  
 ཐོབ་ཀྱང་སྒྲིམ་ལམ་ནས་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །མཐོང་ལམ་ནས་  
 ཐོབ་པ་ཡང་འདི་སྐད་ཏུ། མདོ་ཤེ་རྒྱན་ལས། རྒྱལ་སྤྱས་བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་  
 མཐུན་པ། རྟག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལམ་དེ་དང་། ལྟན་ཅིག་ཏུ་ནི་ཐར་པར་





འདྲོད། ཅིས་སོ། །འདི་དག་ས་བར་པ་ལ་མངོན་ཏུ་འགྱུར་བར་མ་འབྲུལ་  
 ཞིག །ས་བར་པ་དེ་ན། མཆོག་གི་སྤྱུལ་པ་ལ་སོགས་པ་མཛོད་པ་བར་པ་གཉིས་  
 སྟོན་པས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྤྲིན་པར་བྱ་བ་ལ་མཁས་པའི་བྱད་པར་.....  
 དང་ལྡན་པས་བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྲིན་པ་ཤིན་ཏུ་  
 ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །ལྡན་པ་ནི་གསུམ་སྟེ། ས་བོན་དང་ལྡན་པ་དང་། དབང་  
 དང་ལྡན་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་ལྡན་པ་ལྟ། །འདིར་སྤྲོས་པའི་ལྡན་  
 པ་ནི་དབང་ལྡན་ལ་བཟུང་ངོ་། །ངེས་ཆོག་ནི། ས་དེ་ལ་ནི་གསུང་རབ་ཡན་  
 ལག་བར་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་སྟོན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲིན་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་....  
 ཀྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་སུ་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བར་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཀྱི་ཆར་འབབས་པས་ན་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་ཞེས་བྱའོ། །གཞན་ཡང་ཟག་མེད་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱིས་.....  
 སའི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཡི་གེ་མང་གིས་དོགས་ནས་  
 འདིར་མ་བྲིས་སོ་ཞེས་སོ། །རྩད་བྱུང་བ་ཤད་ན་ས་དང་པོར་གཟུགས་ཀྱི་  
 སྤང་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་ནས་ས་གཉིས་པ་ནས་བར་པ་གཅིག་གི་...  
 བར་ཏུ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤང་པོ་ལྟ་སྤྱོད་བ་ལས་ས་གཉིས་པར་ཆུལ་བྱིམས་ཀྱི་.....  
 སྤང་པོ་སྤྱོད་ངོ་། །ས་གསུམ་པ་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། ས་བཞི་པ་  
 དང་ལྡན་པ་དང་དྲུག་པ་གསུམ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤང་པོ་སྤྱོད་ངོ་། །ས་བར་པ་  
 པ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བའི་སྤང་པོ་སྤྱོད་ངོ་ཞེས་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས་བཤད་དོ། །  
 ས་བར་པ་པའི་བྱད་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་མཆོག་གི་སྤྱུལ་པ་ལ་སོགས་པ་.....  
 སྟོན་པའི་དབང་ཐོབ་ཀྱང་ངི་སྤྱིད་ཏུ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་...







སངས་རྒྱལ་དག་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱགས་ཙམ་གཅིག་ཀྱང་མི་རྟོགས་པས་ན་སངས་རྒྱལ་རྣམས་དང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་གྱིས་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ། ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་ལྟ་བུའི་ཞེས་སོ། འོ་ན་རུང་ཟུང་ཅི་ཡང་བརྟུང་པར་མི་རུས་སམ་ཞེ་ན། མདོར་བསྟན་ན་འདི་ཙམ་ཞིག་བརྟུང་པར་རུས་ཏེ། བདག་གི་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་དང་། གཞན་གྱི་དོན་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེད་རྟེན་པ་ཞེས་བྱའོ། ཇི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྟོགས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐྱིན་པ་དང་། ཉེས་པ་མ་ལུས་པ་བསལ་བའི་སྤངས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐྱིན་པ་འོ། རང་གཞན་གྱི་དོན་མཐར་ཐུག་པ་བརྟེན་ནས་སངས་རྒྱལ་བཙམ་ལུན་འདས་རྣམས་དག་པ་གཉིས་ལུན་གྱི་རང་དོན་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་པ་བཞུགས་ཏེ་སྤོན་གྱི་སྤོན་ལམ་གྱི་མཐུས་ལོངས་སྤྱོད་རྟོགས་པའི་སྐྱེད་དང་སྐྱེད་པའི་སྐྱེས་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་དོན་མཐར་ཐུང་གཞན་དོན་དུ་བཞུགས་སོ། རྒྱལ་ཇི་ལྟར་དུ་ཞེ་ན། འབད་ཚེས་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ། རུས་ཇི་ཙམ་གྱི་བར་དུ་ཞེ་ན། འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་གནས་ཀྱི་བར་དུའོ། རང་དོན་མཐར་ཐུག་དང་། གཞན་དོན་མཐར་ཐུག་གཉིས་དང་ལུན་པ་དེ་བས་ན་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་དང་ལུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སངས་རྒྱལ་བཙམ་ལུན་འདས་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་མཐོང་ནས་དང་བའི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་བསྐྱེད་ལ་འདོད་པའི་དད་པས་སངས་རྒྱལ་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རབ་རྒྱུ་འབད་པར་བྱའོ། རང་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེད་དང་ལོངས་







སྦྱོང་རྒྱུ་ལ་སྦྱོང་སྒྲིམ་པའི་སྦྱོང་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ནི་ཡི་གེ་.....  
མང་དུ་དོགས་ནས་འདིར་མ་བྲིས་སོ། །སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ་རྒྱུ་ལ་སྦྱོང་གསུམ་  
སོ། །

### བཤད་པའི་བསོད་ནམས་བསྟུན་པ།

གསུམ་པ་བཤད་པའི་བསོད་ནམས་བསྟུན་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལྡན་  
དག་གི་ཚུལ་གྱི་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་མ་ཞོར་བ། ལོག་  
རྟོག་གི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། ལུང་དང་རིགས་པས་ལེགས་པར་  
ཀློང་བ། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཉམས་སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་འདི་  
ལེགས་པར་བཤད་པས་རྒྱུར་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག །ཅེས་བྱའོ། །གང་ན། སངས་  
རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་རོ། །སྤྲུལ་གྱིས་ཞེ་ན། ཆེད་དུ་བྱ་བ་འགོ་བ་ཀུན་གྱིས་སོ།  
རྒྱ་གང་གིས་ཞེ་ན། བཤད་པའི་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེས་སོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་སྟོབ་དཔོན་པ་རྣམས་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱིས་དང་པོར་མཛད་པའོ། །རྒྱུར་བྱེད་གང་གིས་བརྒྱུར་བ་ནི། རྒྱ་  
གར་གྱི་མཁན་པོ་པུ་ལྷ་མཆོ། ཤེས་རབ་གོ་ཆ་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་ཙ་བ་  
བརྟེན་ལེ་ཤེས་ལྡན་དང་། ཀ་བ་དཔལ་ཅེགས་ལ་སོགས་པས་བརྒྱུར་ཅིང་། སྟོབ་  
དཔོན་ཉིད་ལ་ཁུས་ཏེ་བཤད་པས་དག་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། །ཏུ་ཤང་  
མཁུ་ཡ་ནའི་རྒྱུ་ལྷག་པ་རྣམས་དང་། བོད་སྤྲུལ་པའི་ཆེད་པའི་སྒྲིམ་  
པའི་རིམ་པ་རྣམས་འབྲུལ་བར་མཐོང་ནས། དེ་དག་གི་འབྲུལ་བའི་གནས་  
བརྒྱུ་གསུམ་མ་ཞོར་བའི་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་ལུང་དང་རིགས་པས་ཤིན་ཏུ་.....  
ཀློང་བའི་བརྟན་བཅས་རྣམས་ཤིག་ཅེས་པའི་མངའ་བདག་དཔལ་ལྷ་.....  
བཅན་པོ་ཁྱི་སྤོང་ལྡན་བཅན་གྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་ནས། འཕགས་པའི་ལུལ་གྱི་





མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འགྲན་པའི་ཟླ་དང་བཤམ་ཞིང་སྤྱར་.....  
ལམ་བཟོད་པའི་སྤངས་རྟོགས་བཞེས་པ་སྤྱོད་དཔོན་ཀ་མ་ལ་གླི་ལས་སྒྲིམ་.....  
པའི་རིམ་པ་མདོར་བསྟུས་པ་འདི་བཀྱིས་སོ། །

### མཁུག་བྱང་སྒྲིམ་ཆོག

ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ཟབ་མཐོར་རབ་བརྗོད་པ། །མཁྱེན་པའི་  
ཆར་སྤྱོད་ལེགས་བཤད་འབྲུག་སྤྱ་ཅན། །ལྷང་རིགས་སྒྲིག་ཕྱིང་རབ་ཏུ་གཡོ་  
བ་ཡིས། །ལོག་རྟོག་ཅུན་པ་རིང་ཏུ་སྤྱོད་བྱེད་ཅིང་། །རྒྱལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་  
འབྲུག་རྟོགས་ཆུ་གཏེར་ཆེ། །སྤྱོད་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་དཔལ་མངའ་ཞིང་། །  
ཀུན་ཏུ་མི་ཟད་ཆོས་ཚུལ་ཟབ་མོའི་གཏེར། །ཟབ་མོའི་སྤྱོད་བྱེད་ཉིན་བྱེད་  
འོད་འབར་བ། །སྤྱོད་མེད་ལེགས་བཤད་འདབ་བརྒྱ་རྣམ་འབྱེད་ཅིང་། །  
མཁས་མང་སྤྱོད་ལེགས་བཤད་དགའ་སྤྱོད་འབྱེད། །མཁས་པའི་དེད་  
དཔོན་སྤྱོད་ཆུ་གཏེར་ལས། །སྤྱོད་མེད་འཁྱུངས་པའི་ལེགས་བཤད་འདབ་  
བརྒྱ་པ། །དགོངས་དོན་གེ་སར་སྤྱོད་པོ་གསལ་བའི་རྒྱ། །སྤྱོད་བཤམ་ཆོག་  
གིས་དོན་བཟང་རབ་ཏུ་བཤད། །སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་བཟོད་པའི་  
ལམ། །མཐོར་གསལ་བར་སྤྱོད་པའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི། །དགོངས་པ་མཐོར་  
རི་བཞིན་བཤད་པ་ཡི། །དགེ་བ་གང་གིས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཐོབ་ཤོག །ལམ་  
ཀྱི་རིམ་པའི་གནད་ཀྱི་མན་ངག་གི །ལེགས་བཤད་གཏམ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྤྱོད་  
གྱུར་པ། །ཆོག་གི་སྤྱོད་པའི་ཁུར་གྱིས་རབ་སྤྱོད་ཞིང་། །དོན་མེད་སྤྱོད་པ་  
འཁྱུར་བ་ངལ་མཐོང་ནས། །ལ་རོལ་ཡང་དག་ལམ་ལ་གཞུག་པའི་ཕྱིར། །  
སྤྱོད་དོན་ཚུལ་བཞིན་རྣམ་འབྱེད་བདག་གིས་བཤད། །ཁི་གནས་སྤྱོད་  
མཐོང་གནད་ཀྱི་མན་ངག་རྣམས། །ཚུལ་བཞིན་རྟོགས་པར་འདོད་པས་





འདིར་འཇུག་རིགས། །འདིར་བཤད་དགེ་བ་རབ་དཀར་ཟླ་འོད་ཀྱིས། །  
 སྲིད་གསུམ་ཐུན་པ་མ་ལུས་རབ་བསལ་ཞིང་། །ཡང་དག་མཁྱེན་པའི་གོ་  
 འཕང་ཐོབ་ཡུར་ཅིག །སྲིད་ལ་སྲིད་པའི་བར་དུ་འགོ་བའི་དོན། །སྒྲུབ་ཆུ་  
 ཟུང་བཞིན་དུ་འཇུག་ཡུར་ཅིང་། །དཔག་ཡས་ཡོན་ཏན་འབྱོར་བ་རབ་རྒྱས་  
 བ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཡུར་ཅིག །འཇོམ་བུའི་སྤིང་ན་  
 མཁས་པ་མཆོག་དུ་ཡུར་པར་རབ་དུ་བསྐྱགས་པ་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤུལ་  
 ལ་མངའ་བ་དག་ཤི་སྤྱོད་ལྡེ་བཅན་གྱིས་རབ་དུ་བསྐྱུལ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་.....  
 པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཀྱན་དུ་ཆོངས་པ་རྣམས་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྒྲིམ་.....  
 རིམ་དང་པོ་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རྒྱལ་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པའི་མཁས་པ་  
 དང་། བསམ་གཏན་པ་དུ་མས་ཡོངས་སུ་བསྐྱུལ་བའི་དོར། མང་དུ་ཐོས་པ་  
 རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་དུ་སོན་ཅིང་། །གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འཇིགས་པའི་  
 སློབས་པ་ཐོབ་པ། རོང་སྟོན་ཆེན་པོ་ཤེས་བྱ་ཀྱན་རིགས་གིས་མཐའ་ཡས་  
 པའི་འགོ་བ་དུ་མ་ཐེས་སུ་བབྱུང་བའི་དོན་དུ་སྒྲིམ་རིམ་དང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཀྲལ་ནས་ལྷག་པའི་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པས་བགྱིས་  
 སོ། །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པར་འདོད་པའི་སྤྱེས་སུ་དག་གིས་འདི་  
 ཉན་པ་དང་། འཆད་པ་དང་། སྒྲིམ་པ་དག་གིས་ཐུར་དུ་འཕགས་པའི་གོ་  
 འཕང་ཐོབ་པར་གདོན་མི་བྱ་བས་ན་འདི་ལ་འབད་པར་བྱའོ་ཞེས་གདམས་  
 སོ། །རྒྱ་གར་ཤར་ཕྱོགས་ས་ད་ན་ག་རི་སྟེ། ཤོང་ཁྱིའ་དམ་པའི་མཁས་པ་  
 ཆེན་པོ་བ་ན་རྒྱ་མཁུ་སྤེལ་མེ་རའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་གནད་ཀྱི་.....  
 མན་ངག་རྣམས་འདིར་བྲིས་པས་ཤིན་དུ་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་ཡུར་ཏོ། །





འདི་ནི་ཕྱི་ཕུཊ་མ་ཏིའི་དཔེའོ། །འདི་བསྐྱབས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །དགེ་བ་  
 བདག་གིས་གང་ཐོབ་པ། །དེས་ནི་སྤྱོད་ཐོབ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །བདེ་གཤེགས་  
 ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྲུལ་གཅིག་བྱ། །བདེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྟན་པ་རྟེན་དང་བཀུར་སྟེ་དང་། །  
 བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་ཀྱང་ཅིག། །ལེགས་བྱས་འདི་ནི་གངས་སྤོངས་  
 རིག་པའི་རྒྱན། །གསུང་རབ་འཕྲུལ་གྱི་པར་ཁང་ནས་བསྐྱུན་དགོས། །  
 དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་མའི་ཐུགས་དགོངས་ཚོགས་པ་དང་། །མཁའ་མཉམ་འགྲོ་  
 བས་རྣམ་མཁྱེན་མུར་ཐོབ་ཤོག། །བསྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་མངའ་ཐང་འབྱོར་  
 པ་རྒྱས། །བསྟན་འཛིན་སྤྱིས་བྱ་སྤྱོད་མཛད་སྤོན་འཕེལ། །བསྟན་ཙུ་འདུས་  
 པ་རྒྱ་མཚོ་ཐུགས་མཐུན་པའི། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཐུགས་དུས་རྒྱས་ཀྱང་  
 ཅིག། །ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ནད་སྤྱག་འཕྲུག་ཙོད་ཞི། །དགེ་བཅུའི་  
 བྱིམས་ལ་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཡིས། །ཉིས་མེད་འགྲོ་ལ་འཆོ་བར་མེད་ཀྱང་ནས།  
 ཀུན་གྱང་བག་ཡངས་བདེ་བས་འཆོ་བར་ཤོག། །འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོས་  
 རི་ལྷར་མཁྱེན་པ་དང་། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །དེ་དག་  
 ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྤྲོ་བ་ཅིང་། །དགེ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྟོ། །  
 དགེའོ། །





༡། སྒྲིམ་རིམ་བར་པའི་འགྲེལ་པ་གནད་ཀྱི་ཟུམ་ཟུམ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

མཚན་བརྗོད་དང་སྒྲུབ་གཞི།

ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་མན་ངག་གནད་ཀྱི་ཟུམ་ཟུམ་ཞེས་བྱ་བ།  
གཙུག་ན་ཟུམ་བ་ཟུམ་བའི་འོད་ཀྱིས་ཞབས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རབ་མཛོས་ཤིང་།  
འཇིག་རྟེན་ལྷ་བརྒྱའི་གཙུག་གི་ནོར་བུའི་ཅིང་པན་དག་གིས་རབ་འདུད་པ།  
མཁྱེན་པའི་ཉི་འོད་རབ་རྒྱས་མ་ལྷས་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤང་བྱེད་……  
ཅིང་། སྒྲོ་སྒྲོས་སྒྲོབས་པ་སྦྱིན་མཛད་སྒྲོ་གཏེར་གངས་རིའི་མདོག་ཅན་ལ་  
ལྷག་འཚལ། རིགས་པའི་བྱུང་འཇུག་མཐུད་ཐུང་འཁོར་ལོས་པས་སྒྲོལ་  
སྒྲོབས་པ་འཛོམས་མཛད་ཅིང་། མཁྱེན་རབ་ལྷགས་ཇེ་ལྷིན་ལས་འགྲོ་ལ་  
ལེགས་བཤད་བདུད་ཅིའི་དགའ་ཆར་འབབ། སྒྲུབའི་གདོང་ལྷ་དངོས་  
སྒྲུབའི་རི་དྲགས་མ་ལྷས་རབ་རྒྱ་སྒྲག་མཛད་པ། ཀྱུན་མཁྱེན་དག་གི་དབང་  
པོ་འཕྲོག་བྱེད་པད་མའི་ངང་ཚུལ་ལ་ལྷག་འཚལ། ཁྲད་བྱང་དོན་བཟང་  
སྤང་བྱེད་དག་གི་འོ་མའི་ཚུ་མཚོ་མདོན་གྱུར་ཅིང་། མཁའ་པ་ངང་པའི་  
དེད་དཔོན་རྣམ་པར་རྩོལ་པའི་གཉེན་གྱི་མཚོ་སྦྱེས་དཔལ། བསེལ་བྱེད་ཟུམ་  
བའི་ལམ་ལ་བཞོད་ལྷན་ཞི་བའི་གོ་འཕང་མཚོག་རྒྱ་ཐོབ་མཛད་པ། གསུང་  
རབ་ཀྱན་གྱི་སྒྲིང་པོའི་དོན་ལྷན་རྣམ་པར་དབྱེ་ལ་འཇུག་པར་བྱ། སྒྲིམ་  
པའི་རིམ་པ་བར་པ་ལ་དོན་གཉིས་ཏེ། མཚན་དོན་བཤད་པ་དང་། གཞུང་  
གི་དོན་དངོས་སོ།





### མཆན་གྱི་དོན་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་རྟུ་རྩ་བ་ན། བོད་གྱི་སྐད་རྟུ་སྟོན་པ་ལོ། །ཀ་མ་  
ནི་རིམ་པ་ལོ། །ལྷ་ལྟ་བུ་ནི་སྟོན་དཔོན་ནོ། །ཀ་མ་གྱི་ལ་ནི་པད་མ་ཚུལ་གྱིས་ས་  
སོ། །དེས་བར་རྟུ་མཛད་པ་སྟེ། འཇམ་དཔལ་ལ་གཞོན་ཅུར་གྱུར་པ་ལ་ཕུག་  
འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་ནི་ལོ་རྒྱུ་བས་བཀོད་པ་ལོ། །

### གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་ལྟ་སྟེ། ཚྭ་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། སྟོན་  
པའི་རིམ་པ་བཤད་པ་དང་། བསྟོན་པའི་འབྲས་བྱ་དང་། དེ་བྲལ་བར་  
གདམས་པ། དེའི་བསོད་ནམས་བསྟོན་པ་ལོ། །

### དང་པོ་ཚྭ་པར་དམ་བཅའ་བ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། ཐེག་དམན་ལས་བྱུང་པར་རྟུ་འཕགས་པ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་  
བའི་དོན་ཅན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེའི་ཚུལ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པ་.....  
ནམས་གྱི་ཉམས་སྲ་བྲལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་སྟོན་པའི་རིམ་པ་མཐའ་ཡས་...  
པ་ཡོད་ཀྱང་མདོར་བསྟུས་ཏེ་སྟོན་པའི་ཡན་ལག་ཡོངས་སྲ་ཆང་བ་མདོར་རྟུ་  
བྱུང་བ་བཤད་པར་བྱའོ། །

### གཉིས་པ་སྟོན་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟོན་པ་ལྟར་ལེན་པ་བསྟན་པ། སྟོན་པའི་ཐབས་  
བཤད་པ། དོན་ཉེར་བར་བསྟུ་བའོ། །

### སྟོན་པ་ལྟར་ལེན་པ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལ་འཇུག་པར་གདམས་པ། རྒྱ་  
རྒྱུན་སྟོན་པའི་ལུང་དང་། སྐབས་ལ་ཉེ་བར་བྱུར་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་སྟེ།



གདམས་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། འབྲས་བུ་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་སྟོས་པ་བསྟན་པ་ལོ།  
 དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་འབྱུག་པ་འདི་ལ་རི་ལྷ་རི་སྟེང་གི་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཉན་ཐོས་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ཤིན་ཏུ་ཐུར་བྱ་ཐོབ་  
 པར་འདོད་པའི་རྟོག་པ་དང་ལྟན་པས་འབྲས་བུ་རྣམ་མཁྱེན་དེ་ཐོབ་པར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་རྣམས་དང་རྒྱུན་རྣམས་ལ་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྟོན་  
 པའི་རིམ་པས་མདོར་བར་བཙོན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་འབྲས་བུ་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་  
 ལྟོས་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་རྒྱུན་ལ་མི་སྟོས་པ་ཐལ་འབྱུར་གྱིས་  
 དགག་པ། བསྟོག་པ་རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྟུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་སྟོབ་དགོས་པ་འདི་ལྟར། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་འདི་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བར་མི་རུང་སྟེ། གལ་ཏེ་  
 རྒྱ་མེད་ལས་འབྱུང་ན་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རུས་དང་གནས་སྐབས་  
 ཐམས་ཅད་རུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་རུ་འབྱུང་བར་ཐལ་བར་  
 འབྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཁྱབ་པ་བསྟན་པ་ནི། རྒྱ་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་  
 འབྱུང་ན་ནི་ཡུལ་རུས་གང་རུང་རུ་ཡང་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་ཐོགས་པར་མི་  
 རུང་སྟེ། སྐྱེ་བ་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པས་སོ། །གཞན་ཡང་རྒྱ་  
 རྒྱུན་ལ་མི་སྟོས་པར་འབྱུང་ན་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གང་གིས་ན་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་རུ་མི་འབྱུར། རྒྱ་ལ་མི་སྟོས་ན་སྐྱེ་བ་ཐོགས་པ་མི་  
 རུང་བ་དེ་བས་ན་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཡུལ་ལ་ལས་རུས་བརྒྱ་ལམ་ན་ལན་  
 འགའ་ཞིག་འབྱུང་རུ་ཟད་པས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ལ་སྟོས་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་སོ། །དཔེར་ན་མི་གཅིག་བྱུང་ཤིང་ལས་སྐྱེ་བར་  
 གྲུབ་ན་དེའི་རིགས་ཅན་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱུང་ཤིང་ལས་སྐྱེ་བར་གྲུབ་



བ་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་རང་བཞིན་ཁྱད་མེད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དངོས་པོ་གཅིག་  
 རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བར་གྲུབ་པ་ན་དངོས་པོ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བར་  
 གྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེ་ཡང་ཡུལ་ལ་ལར་ཆོགས་  
 གཉིས་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པའི་དུས་བརྒྱུ་ལམ་ན་ལན་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་  
 དུ་ཡང་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་ན་རྒྱུ་ལས་རེས་འགའ་བར་གྲུབ་པོ། །གྲུབ་པ་  
 དེའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་  
 ལ་སྟོས་པར་རེས་སོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་རྒྱེན་ཡོད་ཅམ་གྱིས་འབྱུང་ངམ་ཞེན། རྒྱ་  
 དང་རྒྱེན་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རྒྱ་མ་ནོར་ཞིང་།  
 རྒྱ་རྒྱེན་མ་ཆང་བ་མེད་པ་རྣམས་རྒྱད་ལ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱུར་བསམས་ནས་རྒྱ་ནོར་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱས་  
 ན་ནི་དུས་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་གིས་འབད་པས་དུས་འདའ་བར་བྱེད་ཀྱང་.....  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེ་ཐོབ་  
 པ་མེད་དེ། དཔེར་ན་འོ་མའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་རྩ་ལས་འོ་མ་བཞོ་བ་ལ་འབད་  
 པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱ་མ་ནོར་བ་ལ་སྦྱད་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གམ་ཞེན། རྒྱ་མཐའ་  
 དག་ལ་སྦྱད་པ་ཁ་ཡར་བ་ཅམ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་མེད་དེ། ཉེ་  
 བར་ལེན་པའི་རྒྱ་ས་བོན་དང་སོགས་པས་བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱེད་པའི་.....  
 རྒྱེན་རྣམས་ལས་གང་ཡང་བྱུང་བ་ཞིག་མེད་ན་འབྲས་བུ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
 མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཚུལ་དེ་དང་མཚུངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་འབྲས་  
 འབྱུང་བ་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་འབྲས་....  
 བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དེ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་རྒྱ་དང་རྒྱེན་







མ་ནོར་བ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་མཐའ་དག་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་རྒྱུན་  
 སྒྲུབ་པའི་ལུང་ནི། འབྲས་བུ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་རྒྱ་རྒྱུན་ཆང་  
 ལ་མ་ནོར་བ་ལས་ཐོབ་དགོས་ན། དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དེ་དག་གང་  
 ཞེན། སྒྲུས་པ། བད་མའི་ངང་ཚུལ་བདག་ལྟ་བུ་སངས་རྒྱས་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཡང་  
 དག་པའི་དོན་ལ་དམུས་ལོང་དང་འདྲ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་  
 ལུང་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་སྒྲོབས་ཀྱིས་བསྟན་པར་མི་རྣམས་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་  
 སངས་རྒྱས་བཙཅ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་རྒྱ་དང་རྒྱུན་མ་ནོར་བ་དང་མ་ཆང་བ་  
 མེད་པ་བསྟན་པར་བྱས་པ་ལས་མདོན་པར་ཚོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས་  
 སྒྲུབ་ཡང་གཏུལ་བྱ་ནམས་ལ་མདོ་སྤེལ་ས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་བཞིན་བྱ་  
 བདག་གིས་ཁོང་བྱ་ཆུད་ནས་བཤད་དོ། །གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེན། བཙཅ་  
 ལྟན་འདས་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་དོ། །བཀའ་གང་ལས་བཤད་ཅེ་  
 ན། བཙཅ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ནམ་པར་སྤང་མཛད་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པའི་རྒྱ་དང་དེར་བཀའ་སྒྲུལ་པ། དུག་ན་རྩོམ་ལ་བོས་ནས། གསང་བའི་  
 བདག་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་སྤྱིང་རྩེའི་རྩ་བ་ལས་བྱུང་བ་  
 ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཐབས་ཀྱིས་མཐར་ཐྱིན་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་དོ། །གསུམ་པ་སྐབས་ལ་ཉེ་བར་སྒྱུར་བ་ནི། སྤྱིང་རྩེ་  
 སོགས་གསུམ་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་པ་  
 དེ་བས་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མའི་རྒྱ་  
 སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་། གཞན་དོན་བྱ་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་  
 འདུན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ཐྱིན་སོགས་ཐབས་དང་གསུམ་པོ་འདི་  
 དག་ལ་འབད་པར་བསྐབ་པར་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་འཕགས་སང་





གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བོ་སེམས་ལ་འདོད་ལ། མདོ་དང་བསྟན་བཅས་དང་། སྤྱི་  
མཆེད་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་བྱང་དུ་བཤད་དོ། །

### སྒྲིམ་པའི་ཐབས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྒྲིམ་པའི་ཐབས་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟིང་རྩེ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་  
པ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་ཚུལ། ཐབས་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པའོ། །

### སྟིང་རྩེ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྟིང་རྩེ་ཆོས་ཀྱི་ཙ་བ་ཉིད་དུ་སྦྱབ་པ། དེ་རིམ་  
སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ། སྒྲིམ་པའི་བྱེད་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
རང་དོན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་དང་། གཞན་དོན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཙ་བར་  
བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་ཙ་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ། ཤེས་  
བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་སྦྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ནམས་  
གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་མཐོང་བས་དེ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲོ་སྦྱེས་ནས་གཞན་སྤྱག་  
བསྐལ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟིང་རྩེས་སེམས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བསྐྱོད་ན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་འདོན་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དུ་ངེས་པར་སྤྱན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་བྱ་བར་དམ་འཆའ་  
བར་འགྱུར་རོ། །རི་སྐང་དུ་མངོན་ཏེ་གས་རྒྱན་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་  
གཞན་དོན་ཕྱིར། ཡང་དག་རྩོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །གཞན་སྤྱག་བསྐལ་ལས་ཐར་བའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་  
འདོད་པའི་སྒྲོའི་དམ་བཅའ་བྱས་པའི་རྩེས་དེ་ནས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བདེ་བ་  
ལ་ལྟ་བ་བསལ་ནས་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་དམིགས་ཏེ་ཤིན་དུ་བྱ་དཀའ་ཞིང་  
དུས་རྒྱུན་མ་ཆད་ལ་ཡུན་རིང་པོ་བསྐལ་པ་དུ་མར་བསྦྱབ་པར་བྱ་བའི་







ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་གཞན་དོན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཅ་བར་སྦྱབ་པ་ནི། མི་གནས་པའི་  
 རྒྱ་ལས་འདས་པའི་རྒྱ་རྟོན་པས་བསྟན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 གང་ཐོག་མར་སྤྱིང་ཟེ་ཆེན་པོས་སེམས་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་བྱིན་པས་སྦྱབ་པ་ལ་...  
 འཇུག་ན་རྒྱ་དེ་ལས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་རང་གི་དོན་.....  
 སྤངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་ཕུག་སྤྲུམ་ཆོགས་པ་མཐའ་དག་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོར་  
 བརྟེན་ཀྱང་རྒྱ་ལས་འདས་པ་མངོན་ཏུ་མི་བྱེད་པར་སེམས་ཅན་གྱི་.....  
 ཁམས་ཇི་སྤྱིང་བྱང་པར་མཐར་ཐུག་གི་བར་ཏུ་གཞན་དོན་ལ་བཞུགས་པར་  
 མཛད་དོ། །གལ་ཏེ་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་མཐོང་ནས་རྒྱ་ལས་འདས་པ་  
 ལ་གཞིལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། །ཉན་ཐོས་བཞིན་ཏུ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
 གྱིས་སྤྲུག་ནས་རྒྱ་ལས་འདས་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་ཤིང་ཁྱི་བར་གཞན་.....  
 དོན་རྒྱུ་ཆད་མེད་པ་དེར་འཇུག་པར་ཡང་མི་བཞེད་དོ། །སེམས་ཅན་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་པ་ཅན་ལ་རབ་ཏུ་གཟིགས་ནས་དེ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོལ་ས་...  
 སྤྲུལ་བའི་ཕྱིར་ཏུ་རྒྱ་ལས་འདས་པའི་གྲོང་ཁྱིམ་ཁྱི་བ་གཞན་དོན་རྒྱུ་...  
 ཆད་པའི་རྒྱ་ལས་འདས་པ་དེ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཁང་པ་མེ་འབར་བ་ལ་འཇུག་...  
 པ་སྤྲུལ་ཀྱང་མི་འདོད་པ་བཞིན་ཏུ་དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་ཆེན་པོར་ལྟས་ནས་...  
 ཐག་རིང་ཏུ་སྤྱང་བར་བྱེད་པས་ན་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱི་  
 སྤྱིང་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་རྒྱ་ལས་འདས་པའི་རྒྱ་ནི་ཇི་སྤྱིང་བཤད་པའི་  
 སྤྱིང་ཟེ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྤྱིང་ཟེ་སྤྱིང་པའི་རིམ་པ་ལ་བཞི་  
 རྟེ། བྱང་སྤྱིང་སྤྱིང་གཞི་སྦྱབ་པ་དང་། བྱམས་པས་བསྟན་པར་བྱ་བ་དང་།  
 སྤྱིང་ཟེ་སྤྱིང་པའི་ཚུལ་དང་། བྱམས་པ་སྤྱིང་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིང་  
 ཟེ་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་འདས་པ་དེ་ལ་སྤྱིང་ཟེ་སྤྱིང་པའི་རིམ་





པ་སྒྲིམ། དང་པོ་གཞི་གང་ནས་འཇུག་པ་ནས་བརྒྱུ་ཉེ་བརྒྱུ་པར་བྱའོ། །  
 ཐོག་མར་འཇུག་པའི་སྒྲིམ་གང་ཞེ་ན། ཞིང་ཤིན་ཏུ་གཤིན་པར་བྱས་པ་ལ་ས་  
 བོན་འདེབས་པ་བཞིན་དུ་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་བཏང་སྒྲིམས་བསྒྲིམས་པས་.....  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་འགའ་ཞིག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། འགའ་  
 ཞིག་ལ་ཁོང་ཁྱོད་བ་བསལ་ཏེ་ཉེ་རིང་མེད་པར་སྒྲིམས་པའི་སེམས་ཉིད་སྐྱབ་...  
 པར་བྱའོ། སྒྲིམས་པའི་སེམས་སྐྱབ་དགོས་པའི་འཐད་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་བདེ་བ་འདོད་པར་ནི་མཚུངས། སྤྱག་བཟུལ་མི་  
 འདོད་པར་ནི་མཚུངས་ལ། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཅན་གྱི་འཁོར་བ་ན་  
 སེམས་ཅན་གང་དག་པན་ཚུན་ཆོ་འཕྲོ་པའི་རྣམ་གྲངས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱ་...  
 སྤྱག་དུ་མར་དེ་དག་གི་གཉེན་དུ་མ་གྱུར་པ་དེ་འཇིག་རྟེན་ན་གང་ཡང་མེད་  
 རོ་སྒྲིམ་དུ་བཏང་སྒྲིམས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཡོངས་སུ་བསམ་ཞིང་། སེམས་ཅན་  
 འདི་དག་ལ་ཉེ་རིང་གི་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡོད་པས་ན་གང་ཟག་ལ་ལ་ནི་རྗེས་སུ་.....  
 ཆགས་པར་འགྱུར། ལ་ལ་ལ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་བར་འགྱུར་ཏེ་ཆགས་སྤང་མི་རིགས་  
 སོ། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་སྒྲིམས་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་དགོས་ན། སྒྲིམ་  
 པའི་རིམ་པ་རི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། བཏང་སྒྲིམས་སྒྲིམ་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན།  
 སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་ནི་བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་མེད་.....  
 པར་སེམས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །སྒྲིམ་དུ་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་སྒྲིམ་  
 པའི་རིམ་པ་ནི་ཐོག་མར་དག་གཉེན་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བར་མའི་.....  
 ཕྱོགས་ནས་སྒྲིམ་པ་ལས་བརྒྱུ་ཉེ་མཛའ་བཤེས་དང་དག་གཉིས་ལ་ཡང་...  
 བསྒྲིམ་མོ། །དག་གཉེན་གཉིས་སྒྲིམས་པར་སྒྲིམ་པའི་རྗེས་དེ་ནས་ཕྱོགས་  
 བརྒྱའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ཉེ་རིང་མེད་པས་སེམས་མཉམ་པ་.....





ཉིད་ཏུ་བསྐྱབ་པོ། །གཉིས་པ་བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བརྒྱན་པར་བྱ་བ་ན་  
 སེམས་སྟོམས་པར་བསྐྱབས་ནས་སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་སྤང་པར་འདོད་  
 པའི་བྱམས་པ་བསྟོམ་མོ། །བྱམས་པའི་རྒྱས་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་སྟོང་རྩེའི་མུ་གུ་  
 སྟེ་ཅུང་ཏུ་བརྒྱན་པར་བྱས་ཏེ་གསེར་ཡོད་པའི་ས་བཞིན་ཏུ་བྱས་ལ་དེ་ལ་.....  
 སྟོང་རྩེའི་ས་བོན་བཏབ་ན་སྟོང་རྩེའི་མུ་གུ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་.....  
 རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་སྟོང་རྩེ་སྟོམ་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བཏགས་  
 པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱམས་པ་བསྟོམས་པའི་རྩེས་  
 དེ་ནས་སྟོང་རྩེ་སྟོམ་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་བྱམས་པས་  
 སྟོང་རྩེའི་ས་བོན་བསྟོམས་ནས་སོ། །སྟོང་རྩེའི་རོ་བོ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སྟོང་རྩེ་  
 དེ་ནི་དམིགས་ལུལ་གྱི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་བ་རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་ཅི་.....  
 རིགས་པར་སྤྱག་བསྐལ་བ་རྣམས་སྤྱག་བསྐལ་དེ་དང་བལ་བར་འདོད་པའི་  
 སེམས་བྱུང་རོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ཁམས་གསུམ་ན་གནས་  
 པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འགྱུར་  
 བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་། འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་བ་ཉིད་དེ། སྤྱག་བསྐལ་  
 རྣམས་པ་གསུམ་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐལ་བ་དག་ཡིན་པས་.....  
 དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐལ་དང་བལ་བར་འདོད་པའི་.....  
 སྟོང་རྩེ་དེ་སྟོམ་པར་བྱ་སྟེ། དང་པོར་བྱང་རྒྱལ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་  
 སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཐུ་ཡིན། བར་ཏུ་བསྐལ་པ་གྲངས་མེད་གསུམ་རྒྱ་ཆོགས་  
 བསགས་པ་ཡང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཐུ་ཡིན། ཐ་མར་སངས་རྒྱས་ནས་  
 གཞན་དོན་རྒྱ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཡང་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཐུ་ཡིན་...  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གསུམ་སྟེ། དམིགས་ལུལ་གྱི་





སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཁྱད་པར། སྤྱིང་ཇེ་སྒྲིམ་པའི་རིམ་པ། སྤྱིང་ཇེ་སྒྲིམ་པའི་ཁྱད་  
 པར་རོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། འབྱུར་  
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། འདུ་བྱེད་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཁྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ངོ་བོ། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཁྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་  
 ཡང་གཉིས་ཏེ། ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། མིའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལོ། །དང་  
 པོ་ནི། ངན་སོང་གསུམ་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར། རེ་ཞིག་  
 སེམས་ཅན་དམུལ་བ་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་...  
 བྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱན་མི་ཆད་ཅིང་ཆེ་རིང་བས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་ཡུན་རིང་...  
 ལ་ཆ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། གང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་རིགས་མི་འདུ་བ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ཆུ་བོར་རྒྱ་མཆོ་ལ་སེམས་ཅན་བྱིང་བ་...  
 བཞིན་རུ་བྱིང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །  
 དམུལ་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡུན་རིང་རུ་མྱོང་བ་དེ་བཞིན་རུ་...  
 ཆོགས་བྱེད་དག་བས་བྱས་པ་མ་གཏོགས་པ་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱང་པལ་ཆེར་  
 བྱིན་རུ་མི་བཟད་པའི་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲིམ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་མེས་ཏ་ལའི་...  
 ལ་སོག་བསྐྱེལ་པ་ལྟར་བསྐྱེལ་པས་ལུས་རིང་ཅིང་བྱིན་རུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་...  
 མང་པོ་མྱོང་ངོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་རྟོ། །མི་རྣམས་ཀྱིས་  
 དམུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དངོས་སུ་མི་མཐོང་བས་ལུང་གི་...  
 ཁྱུངས་མ་བཀོད་དོ། །རུད་འགོ་རྣམས་ཀྱང་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བ་  
 དང་། པན་ཚུན་ཁྱོ་བ་དང་། གསོད་པ་དང་། གཞན་གྱིས་རྣམ་པར་འཆོ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྣམ་པ་རུ་མྱོང་བ་ཁོ་ན་མངོན་སུམ་ལ་སྤྱང་...  
 ངོ། །འདི་ནི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཐོང་བས་སྤང་ངོ་ཞེས་པའི་སྤྱུས་





གསུངས་སོ། གཉིས་པ་མིའི་སྤྱག་བསྐལ་བཤད་པ་ནི། མི་རྣམས་ཀྱང་འདྲ་  
 པའི་ཡུལ་ཡོངས་སུ་ཆོལ་ཞིང་མ་རྟེན་པས་ཕོངས་ནས་དེའི་ཆེད་དུ་ཕན་.....  
 རྩོན་གཅིག་ལ་གཅིག་འཁུ་བ་དང་། ལྷན་གྱིས་གནོད་པ་བྱེད་པ་དང་།  
 གཉིན་སྤྱག་པ་དང་བལ་བ་དང་། དག་མི་སྤྱག་པ་དང་ཕྱད་པ་དང་། རྟོན་  
 ལ་སོགས་པས་དབུལ་ཞིང་འཕོངས་པ་ལས་གྱུར་པའི་ཆ་གང་ལ་སོགས་པའི་  
 སྤྱག་བསྐལ་དཔག་དུ་མེད་པ་ཉམས་སུ་ཕྱོང་བར་སྤང་ངོ་། །གཉིས་པ་སྤྱག་  
 བསྐལ་གྱི་རྒྱས་གནོད་པ་ནི། གང་དག་བྱིམ་ན་གནས་པ་རྣམས་ནི་འདྲ་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་དགྱེས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་གྱིས་...  
 སེམས་དགྱེས་པ་དག་དང་། གང་དག་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་ལྟ་བ་ངན་  
 པ་སྤྲོ་ཆོགས་གྱིས་སེམས་བྱིང་བྱིང་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱག་.....  
 བསྐལ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་གང་ཁ་ན་འདུག་པའི་མི་དེ་མ་ཐག་དུ་  
 ལྟང་བ་བཞིན་དུ་ངན་སོང་དུ་ལྱུར་དུ་ལྟང་བས་ཤིན་དུ་སྤྱག་བསྐལ་བ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་བཤད་པ་ནི། གལ་ཏེ་ལྷ་ལ་སྤྱག་  
 བསྐལ་མེད་དོ་སྟེ་མ་ན། ལྷ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་མེད་ན་  
 ཡང་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་སྤྱག་བསྐལ་བ་དག་སྟེ། རྒྱལ་  
 ཆེན་རིགས་བཞི་དང་། ལུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པ་འདྲིལ་པ་ན་སྤྱོད་  
 པའི་ལྷ་རིགས་དུག་སོ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རྟག་དུ་འཆི་འཕོ་བ་.....  
 དང་། ངན་སོང་དུ་ལྟང་བ་ལ་སོགས་པའི་འཇིགས་པའི་ཐུ་ངན་གྱིས་སེམས་  
 ལ་གནོད་ན་ངེ་ལྟར་བདེ་བར་འགྱུར། གསུམ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ནི།  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཉིད་ནི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་དང་། སེམས་རྒྱུད་རབ་  
 དུ་མ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱའི་རྗེས་སུ་བྱེད་.....







པའི་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་  
 དེ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འཇིག་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 སྤྱིང་ཇིའི་དམིགས་པ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་སྤྱིང་ཇེ་སྒྲིམ་ཚུལ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། རྣམ་པའི་སྒྲིམ་ནས་སྤྱིར་བསྟན། སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་  
 བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལམས་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྟག་བསྟལ་  
 གསུམ་ཅི་རིགས་པ་དང་ལུན་པ་དེ་བས་ན་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ནི་སྟག་.....  
 བསྟལ་གྱི་མེ་ལྷེ་རབ་རྩ་འབར་བའི་ནང་ན་སྤང་བྱ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་  
 བསྟལ་ལ། ཇི་ལྟར་བདག་ཉིད་སྟག་བསྟལ་མི་འདོད་པ་ལྟར་རྩ་ལེམས་ཅན་  
 གཞན་དག་གྱང་སྟག་བསྟལ་མི་འདོད་པ་དེ་དང་འདྲའོ་སྒྲིམ་རྩ་བསམ་.....  
 ཞིང་། གཞན་གྱི་སྟག་བསྟལ་མི་འདོད་པའི་སྒྲིམ་ཀྱན་ནས་བསྟངས་ནས། གྱི་  
 མ་གྱི་རྩད་བདག་ལ་སྤྱིང་རྩ་སྟག་པའི་ལེམས་ཅན་དེན་ཅན་འདི་དག་སྟག་...  
 བསྟལ་ན་སྟག་བསྟལ་དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ཐར་བར་བྱ་ཞེས་བདག་ཉིད་སྟག་.....  
 བསྟལ་ཉམས་སུ་ཕྱིང་བ་བཞིན་རྩ་བྱེད་ཅིང་། སྟག་བསྟལ་དེ་དང་བྲལ་བར་  
 འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱིང་ཇེ་དེ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །ཡུལ་གང་ལ་ན་  
 ལེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལའོ། །རྩལ་ནི་ཐམས་ཅད་རྩའོ། །གནས་སྐབས་ནི་  
 ཏིང་འེ་འཇོན་ལ་འདུག་གྱང་རུང་། ཇེས་ཐོབ་རྩ་འགྲོ་བ་དང་འཆག་པ་  
 སོགས་ཀྱི་སྤྱད་ལམ་ཐམས་ཅད་རྩ་ཡང་རུང་སྟེ་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་རྩ་  
 བསྒྲིམ་མོ། །གཉིས་པ་སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། ཐོག་མར་  
 མཇེའ་བཤེས་ལ་སྒྲིམ་ཚུལ་ནི། སྟེ་སྟེ་བས་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་མཇེའ་བཤེས་ཀྱི་  
 རྩལ་ན་རྣམས་ལ་ཇི་སྐད་སྒྲིམ་པའི་སྟག་བསྟལ་སྟེ་ཚོགས་པ་ཉམས་སུ་ཕྱིང་...  
 བར་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་ཚུལ་རྩ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་བར་མའི་





གྲུགས་ལ་སྒྲུལ་ཚུལ་ནི། མཛེའ་བཤེས་ལ་བསྒྲུལ་པ་ལི་རྩེས་དེ་ནས་མཛེའ་  
 བཤེས་དང་སེམས་ཅན་རྩ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉེ་རིང་གི་བྱེ་བྲག་མེད་.....  
 བར་མཛེའ་བར་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་གི་གཉེན་རྩ་.....  
 བྱུར་པ་ཁོ་ནའོ་སྒྲུལ་རྩ་ཡོངས་སུ་བསམ་ཞིང་སེམས་ཅན་བར་མར་གནས་.....  
 པའི་གྲུགས་རྣམས་ལ་འང་བསྒྲུལ་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲུལ་  
 པ་ནི། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་བར་མ་ལ་སྒྲུལ་པ་གང་གི་ཆེ་བར་མ་དེ་ལ་མཛེའ་  
 བཤེས་ཀྱི་གྲུགས་ལ་སྒྲུག་བསྐལ་བྲལ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་  
 རྩ་སྤྱིང་རྩེ་དེ་མཛེའ་བཤེས་དང་མཉམ་པར་ཞུགས་པ་དེའི་ཆེ་བྱིང་མི་ནས་.....  
 བརྒྱམས་ཉེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བསྒྲུལ་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་སྤྱིང་རྩེ་  
 སྐོམས་པའི་རྣམ་པ་ནི། རི་ཅམ་གྱིས་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲུལ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། གང་གི་ཆེ་བྱེ་རྒྱུ་ཤིན་རྩ་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲུག་པ་ནད་དག་པོས་ཐེབས་  
 པས་སྒྲུག་བསྐལ་བར་བྱུར་པའི་མ་བཞིན་རྩ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བདག་  
 ཉིད་ཀྱིས་དྲིན་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་ཤིན་རྩ་སྒྲུག་བསྐལ་བ་ལས་འདོན་པར་.....  
 འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཆད་རྩ་བྱ་བ་ལ་མ་སྤྱོས་པར་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་.....  
 པའི་སྤྱིང་རྩེ་དེ་གྲུགས་བརྒྱའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་མེད་པར་.....  
 མཉམ་པ་ཉིད་རྩ་ཞུགས་པ་དེའི་ཆེ་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲུལ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཞེས་  
 བྱ་སྟེ། དེའི་ཆེ་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མིང་ཡང་ཐོབ་པོ། །བཞི་པ་བྱམས་པ་སྒྲུལ་  
 པའི་ཚུལ་ནི། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་བྱམས་པ་སྒྲུལ་པ་ནི་མཛེའ་བཤེས་ཀྱི་  
 གྲུགས་ལ་བདེ་བ་དང་ཕྱད་པར་འདོད་པའི་བྱམས་པ་ཐོག་མར་བསྒྲུལ་.....  
 བར་བྱས་ནས་བྱིས་བདེ་བ་དང་ཕྱད་པར་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་.....  
 བྱམས་པ་དེ་རིམ་གྱིས་ཐ་མལ་པ་ལ་སྒྲུལ་པ་དང་། དེ་ནས་བྱིས་དག་ལ་ཡང་





བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །ཚུལ་དེ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱམས་པ་  
སྒྲིམ་པ་དེ་རྒྱ་དེ་ལས་སྤྱིང་ཐོག་མས་པར་བྱས་ནས་ཅིམ་གྱིས་ཁམས་གསུམ་...  
གྱི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་འཁོར་བ་སྤྱག་བསུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་མདོན་པར་  
འདོན་པར་འདོད་པ་རང་གི་རང་གིས་འབྱུང་བ་ཉིད་ཏུ་འབྱུར་རོ། །སྤྱིང་  
ཐོག་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

### བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དབྱེ་བ་བསྟན་པ་  
དང་། སོ་སོར་བཤད་པ་ལོ། །

### བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཡང་དབྱེ་ན་ནམ་པ་གཉིས་ཏེ། བར་  
ལས་ཐོབ་པ་ཀྱན་རྫོབ་དང་། སྒྲིམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དོན་དམ་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་དོ། །

### བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དང་། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ་ལོ། །

### ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་ངོས་བཟུང་བ་དང་། སྤང་བའི་ཆོག་ལོ། །  
དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
ཀྱན་རྫོབ་པ་ནི་རྒྱ་སྤྱིང་ཐོག་མེད་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་...  
ཅན་མཐའ་དག་སྤྱག་བསུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོར་བྱུང་བ་འདོན་པར་སྒྲིམ་བཅས་...  
ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་སྒྲིམ་ནས་འགོ་བ་མཐའ་དག་ལ་ཐན་པའི་...





ཕྱིར་རྒྱ་སངས་རྒྱལ་སྤྱུ་རྒྱུར་ཅིག་སྟམ་རྒྱ་སྤྱུ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདྲོད་པའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་.....  
 དང་པོ་སྐྱེ་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། གཞན་དོན་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདྲོད་གྱི་  
 སེམས་དང་པོར་སྐྱེས་པ་དེ་ཡང་བསྟན་པའི་ཡན་ལག་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་....  
 དཔའི་སའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་ལེའུ་ལས་བསྟན་པའི་ཆོག་བཞིན་རྒྱ་བྱས་ནས་....  
 བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གང་ལས་ན། ཆོག་ལ་མཁས་པ་པ་རོལ་པོ་གཞན་ལས་སོ།  
 ཆོག་ལ་མཁས་པ་ཅན་གྱིས་མི་ཆོག་གི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་  
 གནས་པ་དགོས་སོ། །

### དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བཤད་པ་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་  
 རོས་བཟུང་། དེ་འགྲུབ་པའི་རྒྱའོ། །དང་པོ་ནི། རི་སྐད་བཤད་པ་དེ་ལྟར་  
 ཀུན་རྒྱུ་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྐྱིབ་པ་ཅད་ནས་དབྱུང་བའི་  
 དོན་རྒྱ་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། རོ་པོ་རི་ལྟ་བུ་  
 ཞེ་ན། དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དེ་ནི་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་གྱི། འཇིག་རྟེན་པའི་ནམ་ཆོག་གི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ།  
 ཆོས་ཉིད་གྱི་དོན་སྐྱེ་འཇིན་པ་ཅན་མ་ཡིན་གྱི། ཆོག་པའི་སྐྱིབ་གཡོགས་དང་  
 བྲལ་ཞིང་། རྒྱལ་པ་ཤིན་རྒྱ་གསལ་བ་དོན་དམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཉམས་སྤྱོད་  
 མྱོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྦྱོང་ལུལ་རྒྱ་བྱར་པ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་དྲི་མ་  
 མེད་པ། ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་སྦྱོན་གྱིས་མི་གཡོ་བ་སྤྱི་རྒྱུང་མེད་པའི་མར་མའི་  
 རྒྱུན་ལྟར་རྒྱ་མི་གཡོས་པའོ། །འདིས་ནི་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཁྱད་  
 པར་རྒྱག་ལྟར་རྒྱ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །





### བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་འབྱུང་པའི་རྒྱ་འཛུགས་པ།

གཉིས་པ་དེ་འབྱུང་པའི་རྒྱ་ནི་གཉིས་ཏེ། རྣམ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱ་ཉིད་དུ་  
སྦྱབ་པ་དང་། གཉིས་པོ་རྗེས་སུ་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

### རྣམ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱར་བ་འགྲེལ་བ།

དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་དགོས་པ་དང་། ལྷག་  
མཐོང་གི་དགོས་པ་དང་། ཞི་གནས་ཀྱི་དགོས་པ་དང་། གཉིས་ཀའི་དོན་  
བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དགོ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱབ་པ་ཉིད་དེ་  
འཛིན་ཐམས་ཅད་སྦྱང་བྱེད་དོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནི་ལྷན་བྱས་པས་འབྱུང་ཅེ་  
ན། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་འབྱུང་པ་ནི་ཉམས་ཏུ་སྦྱོར་བའི་བཙོན་  
འབྱུང་དང་། བྱས་པས་སྦྱོར་བའི་བཙོན་འབྱུང་ཡུན་རིང་དུ་བརྩམས་པས་  
ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རྣམ་འབྱོར་ཤིན་ཏུ་ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱས་  
པ་ལས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་  
ལས་ངེས་དུ། བྱམས་པ་ཡང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་འཕམ་ཞེས་སོགས་  
གསུངས་སོ། །དེའི་དོན་ནི། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཆོས་སམ། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཆོས་སམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་དགོ་བའི་ཆོས་འཛིན་པ་རྗེས་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པ་ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞི་གནས་དང་ལྷག་...  
མཐོང་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
གཉིས་པ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིད་དེ་འཛིན་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ན། ལམ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་འབྱོར་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ངེས་པར་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བསྐྱེད་...





བར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་དེ་ཉིད་ལས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ངི་སྐད་དུ། ངས་ཉམ་ཐོས་རྣམས་དང་། བྱང་ཚུབ་  
 ལེམས་དཔའ་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 གྱི་རྣམ་པ་དུ་མ་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་གནས་དང་.....  
 ལྷག་མཐོང་གིས་བསྟུས་པར་རིག་པར་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་གི་དགོས་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤྱི་བ་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་བ།  
 སྤྱུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པ། ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་སྤོབ་པ།  
 བསམ་པ་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་འགྲུབ་པའོ། ། དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་ཀྱི་  
 རྟོན་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ངོ་། དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་  
 གཉིས་ཀ་དགོས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཞི་གནས་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་བ་པ་སྤྱིང་ངོ་སྟུམ་ན།  
 ཞི་གནས་ཙམ་འབའ་ཞིག་གོམས་པར་བྱས་པས་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་....  
 ཀྱིས་སྤྱི་བ་པ་ཙམ་བ་ནས་མི་སྤྱིངས་གྱི། འོ་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་བྱེད་པ་ཅི་ཞེ་ན།  
 ཉོན་མོངས་པ་མངོན་གྱུར་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དེ། ཉོན་མོངས་  
 པའི་བག་ལ་ཉལ་ལེགས་པར་ཆོམས་པར་མི་འགྱུར་ངོ་། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱང་བ་བྱུང་བ་མེད་པར་ཉོན་མོངས་....  
 པའི་བག་ལ་ཉལ་ལེགས་པར་ཆོམས་མི་སྤྱིང་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཞི་  
 གནས་ཙམ་གྱིས་བག་ལ་ཉལ་མི་ཆོམས་པ་དེ་བས་ན། འཕགས་པ་དགོངས་  
 པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་དེ་ཉིད་ལས། བསམ་གཏན་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་རྣམ་པར་གཞོན་ནོ། ། ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་བག་ལ་ཉལ་ལེགས་པར་  
 འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། ། ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་རྟོ། ། གཉིས་པ་སྤྱུག་བསྐལ་ཐམས་  
 ཅད་གཅོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱུག་པའི་སྟོན་པ་བསྟན་པ་དང་། རྗེས་འགྲོའི་



སྒྲིམ་ནས་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འཕགས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཀླུ་ལ་སོ་ལས་  
 ཀྱང་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི། སོ་སོ་སྒྲེ་བོས་ཀྱང་ཞི་གནས་གྱི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་དེ་སྒྲིམ་པར་བྱེད་མོད་གྱི། ཉིང་དེ་འཛིན་ཅམ་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་ནི་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་ཅམ་གྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པས་  
 བ། གང་ཟག་དེ་ནི་སེམས་ཅན་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱིར་ཞིང་རབ་ཏུ་  
 འཁྱུག་ཏེ། རང་སྤྱོད་གྱི་བུ་ལྷག་སྤྱོད་གྱིས་འཇིག་རྟེན་འདིར་ནི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་སྒྲིམ་པ་བཞིན། གལ་ཏེ་གཞུགས་སོགས་གྱི་ཆོས་ལ་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་དང་། ཆོས་གྱི་བདག་མེད་པར་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་གྱིས་སོ་  
 སོར་རྟོག་ཅིང་ཆོས་ཅན་གཞུགས་སོགས་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་གལ་ཏེ་...  
 སྒྲིམ་པར་བྱེད་ན་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་  
 བྱི་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུའི་རྒྱལ། །བདག་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ལས་གཞན་ཞི་གནས་ཅམ་གང་ཡིན་པ་དེས་ནི་ཉོན་མོངས་...  
 པ་ནི་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་རྗེས་འགྲོའི་སྒྲིམ་  
 བསྟན་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལྷེ་སྤྱོད་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ་ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །མདོ་དེའི་དོན་བཤད་པ་ནི། གང་ཟག་གང་དག་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ཆོས་འདུལ་བར་བྱེད་པའི་འཕགས་པའི་ཆོས་ལྷག་མཐོང་མ་ཐོབ་པར་...  
 ཉིང་དེ་འཛིན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་འཛིན་པ་ནི་ངས་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱངས་...  
 སོ་སྒྲིམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་ཡོན་ཏན་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པོ་སྒྲིམ་པའི་...  
 མདོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཏུ་ལྷུང་ཞིང་། དེའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱང་མང་པོ་འབྱུང་ཏེ།  
 ལས་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྒྲེ་བ་དང་། བ་ཆོད་ཡོངས་སུ་འགྱུར་པའི་  
 སྒྲིམ་པ་དང་། ལུས་གསུང་བར་བྱེད་པའི་ན་བ་དང་། ཡིད་གྱི་གསུང་བའི་ལྷ་  
 སྒྲིམ་པ་དང་། ལུས་གསུང་བར་བྱེད་པའི་ན་བ་དང་། ཡིད་གྱི་གསུང་བའི་ལྷ་



ངན་དང་། ངག་གིས་སྟེ་སྟགས་འདོན་པ་དང་། ལུས་ལ་གནོད་པ་འབབ་  
 པའི་སྟག་བསྐལ་བ་དང་། ཡིད་ལ་གནོད་པ་འབབ་པའི་ཡིད་མི་བདེ་བ་  
 དང་། སེམས་ལ་རྒྱ་རྒྱ་གནས་པ་ཡོང་ཡོང་པོའི་འབྲུག་པ་ལས་ཡོངས་སུ་  
 མི་གྲོལ་ལོ། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟེ་གནས་སུ་འགྲོ་བ་རིགས་ཀྱི་གི་འཁོར་  
 བ་ལས་མི་གྲོལ་ལོ། སྟག་བསྐལ་གསུམ་གྱི་ཕུང་པོ་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མི་  
 གྲོལ་རྟེ། རྟོན་དེ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འདི་སྐད་དུ།  
 བཤེས་གཉེན་གཞན་ལས་ཡང་དག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པས་ནི་ཆ་ཤི་ལས་གྲོལ་བར་འབྱུང་རོ་ཞེས་.....  
 བཤད་དོ། གསུམ་པ་ཡི་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པ་ལ་གཉིས་རྟེ། དངོས་  
 ཀྱི་རྟོན་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་། འདྲ་པོ་ནི། ལྷག་མཐོང་མེད་པར་ཞི་  
 གནས་ཅམ་གྱིས་སྦྱབ་པ་མི་སྤྱོད་བ་དེ་བས་ན། སྦྱབ་པ་མཐའ་དག་སྤངས་  
 རས་ཀྱི་མས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡི་ཤེས་འབྱུང་བར་འདོད་.....  
 པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཞི་གནས་ལ་གནས་ནས་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་.....  
 རབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། ཡི་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པ་ལྷག་  
 མཐོང་ལ་རག་ལས་པ་དེ་སྐད་དུ་འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བཞེགས་པ་ལས་  
 ཀྱང་བཀའ་སྟལ་རྟེ། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་ཞེས་སོགས་བཀའ་སྟལ་རྟེ། ཞེས་པའོ། །  
 ལུང་གི་རྟོན་ནི། ཆོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ནས་འགྱུད་པ་མེད་  
 པ་ཐོབ་ཅིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་སྟེ།  
 ཉིང་དེ་འཛིན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་.....  
 ཀྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟོན་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། སྤྱོད་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཡི་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པོ།





ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པས་ནི་འཕགས་པ་དགེས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་...  
 སུན་སུམ་ཚྲགས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །བཞི་པ་བསམ་པ་སུན་སུམ་ཚྲགས་  
 པ་འབྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་ནས་བསྟན་པ་དང་། རྗེས་འགྲོའི་སྒྲོ་  
 རྣམ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཕགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་དད་པ་སྒྲུབ་  
 པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་པ་ནས་ང་མི་སྤྱོད་ཞེས་པའི་བར་དུ་  
 གསུངས་སོ། །འདིའི་དོན་ནི། སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཉེ་བར་མི་  
 གནས་ན་ནི་གནས་ཅམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་ལ་དད་པ་ཆེན་པོ་ལ་བསྐྱབས་པས་ངེ་ལྟར་ཡང་སྤྱིབ་གཉིས་ལས་ངེས་.....  
 པར་འབྱུང་བར་ང་མི་སྤྱོད། །གཉིས་པ་རྗེས་འགྲོའི་སྒྲོན་ནས་བསྟན་པ་ནི།  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་ནི་གནས་ཅམ་གྱིས་མི་ཚྲག་པའི་རྣམ་གྲངས་འདིས་ཀྱང་འདི་...  
 ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་.....  
 དད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་  
 གང་ཅི་ཡང་ཅུང་སྟེ། དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་  
 དེ་ཐམས་ཅད་ནི་གང་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བའི་དོན་ལས་རྣམ་པར་...  
 མ་གཡེངས་པའི་ནི་གནས་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་མི་འཆོར་བར་གཟུང་...  
 ཞིང་། དོན་དང་ཆོས་ཡང་དག་པར་བསམས་པ་ལས་འབྱུང་བར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏྲོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་གནས་ཀྱི་དགོས་  
 པ་ནི། ནི་གནས་དང་བྲལ་བའི་ལྷག་མཐོང་འབའ་ཞིག་ནི་རྣལ་འབྱོར་པའི་  
 སེམས་ལུལ་རྣམས་ལ་ཚེ་གཅིག་དུ་མི་གནས་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྒྱུ་...  
 གིས་བསྐྱོད་ནས་རྣམ་པར་གཡེང་བར་འགྱུར་གྱི། དམིགས་པ་ལ་སེམས་  
 བརྟན་པར་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན་རྒྱུད་གི་ནང་ན་འཇུག་པའི་



མར་མེ་བཞིན་དུའོ། །ཞི་གནས་མེད་ན་སེམས་མི་གནས་པ་དེ་བས་ན་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་སྣང་བ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་མི་འབྱུང་ངོ་། །བཞི་པ་  
 གཉིས་ཀའི་དོན་བསུ་བ་ནི་བཞི་སྟེ། ལྷག་པ་དང་། རྗེས་འགོ་དང་། དེའི་  
 ཤེས་བྱེད་དང་། སྐབས་ཀྱི་དོན་བསུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟ་བུས་ན་ནི་  
 གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཀྱི་འདྲ་བར་བསྟན་པར་བྱའོ། །བཤེས་སྤྱིང་  
 ལས་ཀྱང་། ཤེས་རབ་མེད་ན་བསམ་གཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། བསམ་གཏན་  
 མེད་པར་ཡང་ནི་ཤེས་རབ་མེད། །གང་ལ་དེ་གཉིས་ཡོད་པ་སྤྱིང་བ་ཡི། །ཁྱེ་  
 མཆོག་གནས་རྗེས་ལྟ་བུར་བཅའ་བར་བཤྱིད། །ཅེས་སོ། །ཞི་ལྷག་གང་རུང་  
 མེད་ན་ཡང་ཡང་དག་པའི་དོན་མི་རྟོགས་པ་དེའི་ཕྱིར། འཕགས་པ་ཡོངས་  
 ལུ་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་  
 བྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཆོས་ཉིད་དྲི་བཤམ་མཐའ་དག་མ་མཐོང་སྟེ།  
 ཆོས་སྐྱའི་ཆ་ཤས་མ་མཐོང་སྟེ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་ཤས་ཆེ་བར་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཤས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཆོས་ཉིད་དྲི་མས་དག་པའི་ཆོས་སྐྱའི་ཆ་  
 ཤས་མཐོང་མོད་ཀྱི། དྲི་བཤམ་གྱི་ཆོས་སྐྱའི་ཆ་ཤས་མཐའ་དག་མི་གསལ་ཏེ།  
 ཤེས་རབ་ཤས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་ཤས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་རྗེས་འགོའི་སྟོན་པ་བསྟན་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ནི་དྲི་མ་  
 མཐའ་དག་གིས་དག་པའི་ཆོས་སྐྱའི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་.....  
 གཟིགས་ཏེ། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་མཆོངས་པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་བཀའ་ལྷུལ་ཏོ། །མདོ་ལས། སྤྱིན་མཐོངས་མཁའ་ལ་ཉིན་བཞིན་འདིར་  
 ཁྱོད་ཕྱོགས་གཅིག་ཁྱོ་གྲོས་ཅན། །ཁྱོ་མིག་དག་པའི་འཕགས་མཆོག་གིས་





ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཐོང་མ་ལགས། །ཆོས་སྤྱི་གང་དག་བཅོམ་སྟན་འདས་  
 སྤྱིང་སྒྲོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་པ། །ཤེས་བྱ་མཁའ་དབྱིངས་བྱལ་པ་དེ་དག་གིས་  
 ཀྱན་མཐོང་། །ཞེས་པ་སྟར་རོ། །འོ་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་བྱེད་པ་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། །ཞི་  
 གནས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་མར་མེ་རླུང་གིས་བསྐྱོད་པ་མེད་པར་ལེགས་པར་……  
 བཞག་པ་བཞིན་དུ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་རབ་རྒྱ་གཡོ་བའི་རླུང་དང་འབྲ་བ་  
 །རྣམས་ཀྱིས་སེམས་བྱིར་གཡོས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་ལྷག་མཐོང་གི་བྱེད་  
 པ་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། །ལྷག་མཐོང་གིས་ནི་ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 དོན་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པར་བྱས་པའི་དོན་ཤིན་རྒྱ་གསལ་བའི་……  
 །རྣམ་པས་རྟོགས་པས་ན་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་ལྷ་བ་ངན་པའི་བྲ་བ་མཐའ་དག་……  
 །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ཆོལ་བ་བྱེད་པ་གཞན་དག་གིས་ལྷན་ཀ་རི་ཅམ་སྒྲས་  
 ཀྱང་རང་གི་རྟོགས་པ་ལས་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་  
 ལུང་ནི། །ཟླ་བ་སྒྲོན་མེའི་མདོ་ལས་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྷ་བྱའོ། །ཞེས་ཏེ།  
 ལུང་དེའི་དོན་བཤད་པ་ནི། །ཞི་གནས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་སེམས་རྣམ་པར་  
 །རྟོག་པའི་རླུང་གིས་གཡོ་བ་མེད་པར་བརྟན་པར་འགྱུར། །ལྷག་མཐོང་གིས་  
 །ནི་གཞན་གྱི་ལྷན་ཀས་མི་བྱེད་པའི་རི་དང་འབྲ་བ་བཞིན་འགྱུར་རོ་ཞེས་……  
 པའོ། །བཞི་པ་སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་བ་ནི། །ཞི་ལྷག་བྱུང་འབྲེལ་དུ་དགོས་པ་དེ་  
 །ལྷ་བས་ན་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀ་ལ་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བར་གནས་དགོས་སོ། །  
 །རྣལ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱ་ཉིད་དུ་སྦྱབ་པ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

**རྣལ་འབྱོར་གཉིས་རྒྱས་སུ་སྦྱབ་པ་བསྟན་པ།**

རྣལ་འབྱོར་རྒྱས་སུ་སྦྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། །སྤྱིའི་དོན་དང་། །གཞུང་གི་དོན་  
 བོ། །







འཛིན་དང་། སེམས་ལས་བྱང་བ་རྣམས་སོ། ཁྱེད་འབྱང་བ་དང་། མདོ་  
ལས། ཉེས་པ་ལྔ་སྤྱང་བ་ནི་སེམས་ལས་བྱང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་དོ། ཁྱེས་  
འབྱང་བ་ལྟ་བུའོ། སེམས་གནས་པའི་ཐབས་ནི་དགུ་གསུངས་ཏེ། དང་  
པོར་དམིགས་པ་དེ་ལ་སེམས་འཛོག་གོ། རྩུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་འཛོག་གམ་ཞི་  
ན། རྩུན་དུ་འཛོག་གོ། གཤམ་ཏེ་དམིགས་པ་ལས་སེམས་གཞན་དུ་འཕྱོས་ན་  
ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། སེམས་སྒྲར་བཀུག་སྟེ་དམིགས་པ་ལ་སྒྲན་ཏེ་འཛོག་གོ།  
དེ་ལས་ཀྱང་སྒྲར་འཕྱོས་ན་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། མི་མཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་དབང་  
དུ་ཡུན་རིང་པོ་མ་སོང་བར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཏེ་བར་འཛོག་གོ། །དེ་  
ལྟར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཡང་ཡང་ཏེ་བར་བཞག་པས་སེམས་རྟ་ཚོད་ལྟར་  
གཡོ་བ་དེ་དུལ་བར་བྱེད་དོ། །ཡང་མི་མཐུན་སྦྱོགས་བྱིང་ཚོད་སྦྱོས་ན་ཡང་  
ཤེས་བཞིན་གྱི་བྱ་ར་བས་རིག་པར་བྱས་ནས་ཞི་བར་བྱེད་དོ། །ཡང་སྦྱོས་ན་  
ཡང་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྩུན་བསྐྱངས་ནས་རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་དོ། །དེ་  
ནས་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱས་པའི་རྣམ་པས་སེམས་ཚེ་གཅིག་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་  
རྣམ་པ་དབང་དུ་ལྷུང་པས་བྱིང་ཚོད་གཉིས་ཀྱི་སྦྱོགས་སུ་མ་ལུང་བར་.....  
སེམས་རྩོལ་མེད་དུ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ཐོབ་པོ། ཁྱེད་གནས་ཀྱི་རྩུ་གང་ཞི་  
ན། གང་ཞིག་ཞི་གནས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་ཞི་གནས་ལ་ཕན་པར་བྱེད་པ་  
རྣམས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞིན་འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡུང་  
དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། དམིགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་དང་། སུན་འབྲིན་  
པ་དང་། གཉེན་པོ་དང་། མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། རང་གིས་ཉམས་  
སུ་སྦྱང་བ་དང་། གནས་དང་། རུས་དང་། ལ་ཟས་དང་། སྒྲོམ་དང་། གོས་  
དང་། ཉེན་དང་། སྤང་པ་དང་། སྤལ་བ་དང་། གཏོང་བ་དང་། འཛིན་པ་





དང་། ཡོངས་སུ་སྤྱད་པ་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་ལྷུང་གིས་ངེ་  
 ལྟར་འགྱུར་ཞེན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་འམ་རྒྱུད་ལས། ཞི་གནས་དང་།  
 དེའི་ཐབས་དང་། དེའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་གང་གིས་གང་ཞིག་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་བརྟེན་པས་ངེ་ལྟར་ཞེན། བཀའ་གང་ལ་གང་  
 གིས་བརྟེན་ནས་གང་བསྟན་པ་དེས་དེ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེའང་ལྷུང་ལས། སེམས་དཔལ་འཆེན་པོ་སྤྲུག་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་  
 དམན་པ་ལ་རྟོགས་པ་འབྱུང་ངོ་། །རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་གནས་དང་  
 ལྟར་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 དེ་ལས་ནི་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །སེམས་དཔལ་  
 ཆེན་པོ་ང་སྟོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྤྱད་པའི་ཆོ་སངས་རྒྱས་.....  
 རྣམ་པར་གཟིགས་ཀྱི་སྤྲུལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུལ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་...  
 པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་.....  
 སོགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །དམིགས་པ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེན། དམིགས་པ་ནི་  
 ལྷ་ཆོགས་པ་སྟེ་མཐའ་གཅིག་དུ་ངེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར་  
 རྣམ་པར་བམ་པ་དང་། རྣམ་པར་སྤྲོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་སྤྱག་པའི་  
 བསམ་གཏན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དུས་མཐའི་མེ་ལ་སོགས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་པར་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། རིན་ཆེན་སྣ་ལཱི་སྤྱི་སྣང་བའི་གཞེན་པོ་  
 དང་བཅས་པས་སྤྱི་རིང་ངེ་འཛིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། །རྩལ་  
 བ་དང་ཞུ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐིག་ལའི་བསམ་གཏན་སུན་སུམ་ཆོགས་པར་...  
 འགྱུར་རོ། །སྤྲང་བའི་འོད་ཅེས་བྱ་བས་ནི་འོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་སུན་སུམ་





ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ནམ་མཁའ་དང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འོད་གསལ་བའི་  
 ཡེ་ཤེས་སུན་སུམ་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་.....  
 གསུངས་སོ། །གང་འདོད་པའི་ཡུལ་དེ་མི་འཆོར་བར་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ། །  
 སུན་འབྱེན་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་  
 ཉེས་དམིགས་ཅན་ཏུ་བརྟ་བ་སྟེ། ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་པོའི་དུས་  
 སུ་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་དང་། ཟླ་གཞན་དང་། དུས་  
 ཟུང་འབྱུང་བས་ཟུས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། གཙང་བ་མེད་པ་དང་། བདག་  
 མེད་པ་དང་། ཉག་པ་མེད་པ་དང་། རོ་བོ་བ་མེད་པས་གང་འདོད་པ་ཅེ་  
 གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ལྷང་གཞན་ལས། དང་པོའི་དུས་དང་མཚུངས་ལྟན་  
 དང་། ཟླ་གཞན་ཟུས་འབྱུང་རྗེས་དྲན་པས། ཆགས་དང་གཏི་མུག་ཉོན་  
 མོངས་བྲལ། ཉིང་འཛིན་ཡོན་ཏན་སུན་སུམ་ཆོགས་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་།  
 གཞན་ལས། ཉག་མིན་རང་དབང་ཡོད་མིན་དང་། གཞན་སྦྱོན་བདག་ལ་  
 ལྟན་གྱུར་དང་། རང་གིས་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཉིང་། འབྱོར་པ་སུན་སུམ་  
 ཆོགས་པར་འགྱུར། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །གཉེན་པོས་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་  
 ཆགས་པ་དང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་ལ་སོགས་པས་རང་གི་མི་མཐུན་པའི་  
 སྤྱགས་ལེལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མི་མཐུན་པ་དང་གཉེན་པོ་  
 ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་འགྲེལ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ན་དགེ་བར་  
 འགྱུར་བ་གང་དག་ལྟན་ཅིག་གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཐ་དད་མེད་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་དགེ་བ་ནང་ཐ་དད་པས་གཅིག་ཏུ་མི་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་མཐོང་བས་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། དམིགས་པ་གསལ་བ་  
 དང་། བསམ་གཏན་ལྟན་པ་མཐོང་ན་དད་པར་འགྱུར་རོ། །གང་ལ་དད་





བར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་པར་འགྱུར་རྩེའོ། །ཐོས་པས་རི་  
 ལྟར་འགྱུར་ཞེན། ལྟ་མ་དེ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །རང་གིས་ཉམས་སྤྱོད་བས་རི་  
 ལྟར་ཞེན། རང་གིས་སྤྲུམ་མའི་རྩལ་སྤྱོད་ཐམས་པ་བྱིན་པ་དང་། སེམས་ཐུལ་  
 བ་དང་། རབ་རྩ་རྩོགས་པ་དང་། མངོན་རྩ་གྱུར་པས་གང་རྩ་གཏད་པ་དེ་  
 འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །རི་སྐད་དུ། སེམས་དཔལ་འཆེན་པོ་གང་གིས་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་བསམ་གཏན་ཡོངས་སྤྱོད་གས་པར་འདོད་པ་དེས་གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཡོངས་སྤྱོད་གས་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ལྟ་མའི་རྩལ་  
 གྱི་དམིགས་པ་རྣམ་པར་གསལ་བ་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་གས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ལྟ་མེད་པའི་ཐབས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། ལྟ་  
 མའི་རྩལ་གྱི་དམིགས་པ་དེས་ཕྱི་མའི་རྩལ་གྱི་སྤྱོད་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དང་  
 པོ་ནི། རང་གི་དམིགས་པ་ལ་དུན་པ་སྟེའོ། །དེ་ནས་ཕྱི་མ་ལ་མངོན་རྩ་བྱེད་  
 རོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །གནས་གྱིས་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེན། ལྱང་ལས་འདི་  
 བྱི་རིགས་ཀྱི་བྱ་འཕ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་དག་ཏིང་དེ་འཛིན་ཉམས་  
 བར་མེད་པར་འདོད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། ལྟ་མ་པར་  
 སྟེལ་བ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མ་ཉིད་རྩ་བྱི་ཡིད་རྩ་  
 འོང་བའི་གནས་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། གནས་ཡོངས་སྤྱོད་  
 དག་པས་ཐོག་མ་ཉིད་རྩ་དམིགས་པ་མ་དག་པ་སྤོང་བར་འགྱུར་རོ། །གང་  
 གི་ཆོ་དམིགས་པ་མ་དག་པ་སྤངས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་  
 མོངས་པ་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཆོ་ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པར་  
 འགྱུར་བ་དེའི་ཆོ་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །ཡུལ་གྱིས་རི་ལྟ་བུ་ཞེན། རིགས་ཀྱི་བྱ་སེམས་







ཅན་ཆ་བའི་ནད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རི་ཤིན་རྒྱ་མཐོ་བར་འགྱུར་བ་  
 དང་། གྲང་བའི་གནས་ཡོད་པ་དང་། ཅན་དན་གོར་ཤིར་ཤ་དང་། ཅན་  
 དན་སྤུལ་གྱི་སྤྱིང་པོ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ། གང་ཡུལ་ཁམས་སམ།  
 འབྲོག་དགོན་པ་འམ། ཁམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་ན་དེའི་ནད་ཐམས་ཅད་ཞི་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་དེའི་བསམ་གཏན་དང་། ཆོ་ག་སྤྲོས་སྤྲོས་ཆོགས་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་ཅེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་  
 དང་། རིན་པོ་ཆེའི་རྟོག་བཞེགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། རིན་  
 ཆེན་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། རིན་ཆེན་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆད་མེད་གངས་མེད་.....  
 དཔག་རྒྱ་མེད་ཅིང་བགྲང་བ་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །དུས་ཕྱིས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། འདི་ལྟ་སྟེ།  
 འདི་ནས་ཡུན་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་བསམ་གཏན་སྤྲོས་སྤྲོས་ཆོགས་པར་.....  
 འདོད་ན། ཉི་མ་ལྷ་འམ། གསུམ་མམ། གཅིག་གི་བར་དུ་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་  
 སྤྱང་བ་དང་། སྤང་པོ་རྒྱན་རབ་རྒྱ་འཕེལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་ལ་གནས་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཟས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེན། རིགས་  
 ཀྱི་བྱའམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་དག་ལ་ཟས་ཀྱི་ཆོད་ཤེས་པ་དང་། ཟས་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཤེས་པ་དང་། ཟས་དང་མཐུན་པའི་ལྷས་ཤེས་པ་དེས་ཇི་  
 ལྟར་ཟས་ལ་སྤྱང་བ་བཞིན་རྒྱ་བསམ་གཏན་སྤྲོས་སྤྲོས་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ།  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། འདི་ལྟར་ཟས་ལ་ལེགས་པར་བརྟེན་པས་ནི་ལྷས་བདེ་  
 བར་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་ནི་སེམས་བདེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནས་  
 ནི་བསམ་གཏན་སྤྲོས་སྤྲོས་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །





གྲོགས་ཀྱིས་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་བསམ་གཏན་  
 དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ལ་ལ་ཞིག་བསམ་གཏན་ལ་གནས་པར་འགྱུར་ཞིང་  
 བསམ་གཏན་ལ་བསྐྱགས་པ་བརྒྱུད་ན། བསམ་གཏན་གཟུངས་སུ་འཛིན་  
 པར་བྱེད་ན། བྱིས་པ་མ་རབས་ཀྱང་བསམ་གཏན་གྱི་རྩིས་སུ་འཇུག་པར་  
 བྱེད་ན། བསམ་གཏན་དེ་རང་ལ་འབྱུང་སྟམ་མམ། གསོལ་པ། བཙམ་ལྡན་  
 འདས་དེ་ནི་མ་ལགས་སོ། །བཀའ་སྒྲུལ་པ། གལ་ཏེ་བསམ་གཏན་དེ་གཞན་  
 ལས་འབྱུང་སྟམ་མམ། གསོལ་པ། བཙམ་ལྡན་འདས་དེ་ནི་མ་ལགས་སོ། །  
 བཀའ་སྒྲུལ་པ། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་དེ་བཞིན་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་བསམ་གཏན་དེ་རང་ལས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཞན་ལས་ཀྱང་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་གཞན་ལ་སྟོས་ཤིང་། རང་གི་ས་  
 བོན་ལས་བྱུང་བ་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །གྲོགས་ཀྱིས་རི་  
 ལྟར་བསྐྱེན་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཕྱད་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་  
 ལུང་དང་ཕྱད་པ་དང་། རིགས་པ་དང་ཕྱད་པ་དང་། དགེ་བའི་གྲོགས་པོ་  
 དང་ཕྱད་པས་ཀྱང་བསམ་གཏན་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པར་འགྱུར་རོ། །མི་  
 མཐུན་སྦྱགས་དང་བྲལ་བ་རི་ལྟར་ཞི་གནས་སྟེ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་ཞེ་  
 ན། རི་ལྟར་གང་ལ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པའི་ཡུལ་དང་བྲལ་བ་དང་། སྤོན་པོ་  
 དང་བྲལ་བ་དང་། དག་དང་། སྦྱལ་གཏུག་པ་དང་། རྟག་དང་། སང་གེ་ལ་  
 སོགས་པ་བསམ་གཏན་གྱི་དགྲར་གྱུར་པ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཏོང་  
 བས་ཞི་གནས་སྟེ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྤོན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དགེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགྱུར་བའོ། །འཛིན་པས་ཞི་གནས་སྟེ་བའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། གང་གིས་སྟོམ་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་།





གྲོགས་བཟང་པོ་དང་། གནས་བཟང་པོ་དང་། སེམས་དང་མཐུན་པ་  
 འཛིན་པས་སྦྲེབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྱད་པས་ཞི་གནས་སྦྲེབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་  
 ལྷར་འགྱུར་ཞེན། བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་གཏན་  
 སུན་སྒྲུལ་ཚོགས་པར་འགྱུར་བའོ། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་ལྷར་ཞི་གནས་སྦྲེབ་  
 པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྷ་བྱ་ཞེན། ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་བྲན་པ་  
 དང་། ཞི་གནས་ལ་མོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷན་པས་བསམ་གཏན་སུན་སྒྲུལ་  
 ཚོགས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་འང་འགའ་ཞིག་ནི། དངོས་སུ་སྦྲེབ་པའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །འགའ་ཞིག་ནི་རྒྱུད་ནས་སྦྲེབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ་  
 ཅི་རིགས་སུ་སྦྲུར་རོ། །དེ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་གྲོགས་གང་ཞེན། དམིགས་པ་ལ་  
 སེམས་འཛིན་པ་མངོན་ཏུ་བྱེད་པའི་རྒྱས་ན་གང་གིས་ཞི་གནས་དེ་ལ་ཕན་  
 པར་འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་དོ། །སྤྱོད་ཏུ་འགྲོ་བ་གང་ཞེན། གང་གིས་དང་པོ་  
 ལྷན་བདེ་བ་ལ་འདུག་སྟེ། སྦྲིལ་མོ་དགྲུང་ལེགས་པར་བཅས་ནས་ལུས་  
 བསྐྱུང་སྟེ་སུན་འབྱེན་པ་དང་། སྦྲོ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་བྱས་ཏེ་སུན་འབྱེན་པ་  
 ནི། ཞེ་མའོ་ཁམས་གསུམ་ཀྱན་གྱི་སེམས་ཅན་འདི་དག་ནི་ཆོ་རབས་ཐོག་མ་  
 མེད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་དང་ལྷན་པ་སྟེ། དེའི་རྒྱ་དེའི་རྒྱུན་  
 གྱིས་མཚམས་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་སྤྱ་ཚོགས་སྦྱང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་འང་བསམ་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་བདག་གིས་ཆོ་རབས་ཐོག་མ་མེད་  
 པའི་རྒྱས་ནས་དོན་མེད་པའི་ལས་ཀྱིས་བཅིངས་པ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། མི་རྟག་  
 ལུས་འདི་དོན་གྱི་ཕྱིར། སྤྱིག་དང་དོན་མེད་རྣམས་ལས་བྱས། །ལུས་དང་  
 སེམས་བྲལ་སོ་སོ་ན། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་སྟེ་ཐང་དུ་གསོ། །དགེ་བྲལ་ཐབས་ནི་སྤྱ་  
 ཚོགས་པས། །ལུང་པོའི་དོན་ཕྱིར་ལས་རྣམས་བྱས། །འབས་བྱ་བྱ་དང་བྱི་





ལྷུང་ཟས། །བདག་ལ་དགོས་པ་མེད་ཏུ་ཟད། །ཅིས་པ་འདི་དག་གི་དོན་ཡང་  
 བསམ་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་སྤྱོད་བཞི། །བདག་ལུས་གཅིག་མིན་སྤྱོད་  
 གཉིས་དང་ལྡན། །ནང་རོལ་དོན་སྤྱིང་པགས་པ་གཟུགས་དང་མགོ། །རེ་  
 རེའི་ཆ་ཡི་དབྱེ་བས་སྤྱིང་པོ་མེད། །དེ་ཕྱིར་ལུས་ལ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་ཆགས། །  
 ཞེས་པ་དང་། །ཁམས་གསུམ་གཅིག་མིན་སྤྱོད་དང་བཅུད་ཏུ་ལྡན། །རེ་རེའི་  
 ཆ་ཡི་དབྱེ་བས་བསམ་མི་བྱེད། །ཕྱ་རབ་རྒྱལ་ལ་དངོས་པོ་ཅི་ཡང་མེད། །དེ་  
 ཕྱིར་སྤྱོད་རོལ་གཅིག་དང་ཏུ་མ་བྱལ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་བསམ་པར་བྱའོ། །  
 གཞན་ཡང་། །དེ་ནས་བདག་ནི་འབྲས་བུ་ཅན། །འཇིག་རྟེན་དགེ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས། །བསམ་གཏང་དགེ་བའི་ཆར་མི་འགོ། །དེ་ཕྱིར་བདག་ནི་  
 དབུགས་སྤྱོད་འགྱུར། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་བསམ་སྟེ། །འདི་དག་ནི་སྟོན་ཏུ་  
 འགོ་བཤེད། །དེ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་གང་ཞེ་ན། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དང་། །དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། །ཉིང་རེ་  
 འཇིན་དང་སེམས་ལས་བྱང་བ་གཞན་ངེ་སྟེད་པའི་ཡུལ་ཏུ་གྱུར་པ་གང་.....  
 ཡིན་པ་སྟེ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དབུགས་དབྱང་རྒྱབ་  
 དང་། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མི་སྦྱག་པ་དང་། །གཏི་ལྷག་  
 ལ་སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་དང་། །ར་རྒྱལ་ལ་  
 སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཁམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། །ཞེ་སྤང་ལ་སྦྱོད་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཆོད་མེད་པ་བཞིའོ། །དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཏང་པའི་  
 ཐབས་གང་ཞེ་ན། །དམིགས་པ་གང་གིས་རྣམ་པ་བཟུང་ནས་སེམས་ལྟར་ཏེ་  
 འཇོག་པ་སྟེ་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ་བཤམ་བྱེད་ནི། །སྤྱིར་འཇོག་  
 པའི་ཐབས་ལ་སྟོན་ནི། །སྟོན་འགོ་གོགས་དང་ཏུས་དང་མཐོང་། །སྤྱི་དང་བྱེ་



བྲག་དམིགས་པ་བཞིའི། །མཚན་མ་དམིགས་གཞན་མཐོང་དང་བསྟོད། །  
 བཅིངས་དང་སྤྱོད་འབྱོར་ཚྲགས་ཚྲགས་པའོ། །དེ་ལ་སྤྱོད་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་  
 བཅས་པས་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ། གང་གིས་སྤྱོད་ཏུ་འགྲོ་བ་ལེགས་  
 པར་སྤྱད་པས་འདི་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའོ། །སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱི་བྲག་གིས་  
 སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ་དམིགས་པ་གང་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་ཏུ་  
 བྱེད་པའི་ཏུས་སུ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དྲན་པ་ལ་སོགས་པས་ལེགས་པར་.....  
 གནས་པར་འགྱུར་བའོ། །ཏུས་གྱི་ཕྱི་བྲག་གིས་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ།  
 གང་ཏུ་ཏུས་མེད་པར་གནས་པ་སྟེ། ཇི་ལྟར་རྒྱ་ཚོད་དུག་ཆ་ནས་བབྱང་བའོ།  
 གཞན་མཐོང་བའི་ཕྱི་བྲག་གིས་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ། འདྲིང་པར་  
 བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་གང་ལེགས་པར་འགྱུར་བ་སྤར་མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་.....  
 དམིགས་པར་འགྱུར་བའོ། །དམིགས་པ་སྤྱིས་སྤྱི་ལ་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ།  
 ཉིང་རེ་འཛིན་གང་གིས་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་ཏུ་བྱས་ནས་.....  
 ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་བར་འགྱུར་བའོ། །དམིགས་པ་སྤྱིས་ཕྱི་བྲག་ལ་སེམས་  
 བབྱང་བའང་ཡོད་དེ། སྤྱིར་གཏད་པས་གསལ་བ་གང་ལ་ཅེ་གཅིག་པར་  
 འགྱུར་བའོ། །དམིགས་པའི་ཕྱི་བྲག་གིས་སྤྱི་ལ་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ།  
 སྤྱི་བར་གྱུར་པ་གཅིག་ལ་སེམས་བབྱང་བས་སྤྱིས་གཞན་གསལ་བར་འགྱུར་  
 བའོ། །ཕྱི་བྲག་གིས་ཕྱི་བྲག་ལ་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་དེ། གང་ལ་གཏད་  
 པ་དེ་ཉིད་གསལ་བར་འགྱུར་བའོ། །མཚན་མ་ལ་སེམས་བབྱང་བའང་ཡོད་  
 དེ། གང་རྟོག་དང་། རིན་པོ་ཆེ་དང་། འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་གསལ་  
 བས་དེར་འགྱུར་བའོ། །དམིགས་པ་གཞན་གྱིས་གཞན་ལ་སེམས་བབྱང་  
 བའང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་ཁམས་གསུམ་དག་པས་འགྱུར་བ་དང་། བདག་



དག་པས་འགྱུར་བ་ནི། དག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགྱུར་བའོ། །འདོད་ཆགས་  
 དང་ཞེ་སྤང་དང་བུལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་སྤངས་པས་འགྱུར་བའོ། །ཁྱེད་ཀྱིས་  
 རུ་འགྲོ་བ་དང་། སྤར་རུ་འགྲོ་བ་དང་། ལྷ་སྟོ་གཡས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། ལྷ་སྟོ་  
 གཡོན་རུ་འགྲོ་བ་དག་ལས་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་པ་དང་། སྟིང་ཁ་  
 དང་། སྟེ་བ་དང་། གསང་བའི་གནས་སུ་སྟེབས་ནས་འཛིན་པ་ནི་རུལ་ནས་  
 འཛིན་པའོ། །གཏོང་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་སེམས་བབྱུང་བའང་ཡོད་དེ། སེམས་  
 ཚོད་པར་གྱུར་ན་གང་གིས་བཅིངས་པས་གསལ་བར་འགྱུར་བའོ། །སུན་  
 འབྱེན་པས་སེམས་བབྱུང་བའང་ཡོད་དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་ལ་ཉེས་པར་  
 ཤེས་པས་སྤངས་ཏེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་པར་འགྱུར་བའོ། །ཆོགས་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པས་སེམས་བབྱུང་བའང་ཡོད་དེ། གང་གིས་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཐུག་འཆལ་བ་དང་། མཚོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་གང་  
 ལ་དམིགས་པ་དེ་གསལ་བར་འགྱུར་བའོ། །གཞན་ཡང་། ཁ་དོག་དབྱིབས་  
 དང་གུངས་དང་ཚད། ཡོངས་རྫོགས་དེ་ཡིས་དེ་དག་འགྲུབ། ཅེས་སོ། །དེ་  
 ལས་རྗེས་སུ་བྱ་བའི་ཆོག་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྟོམ་ནི། ཉམས་སུ་སྦྱོང་སྟོབས་  
 དེ་ལ་གང་དམིགས་དང་། བྱིང་དང་ཚོད་རྟོག་དེ་ལ་གནས་བྱེད་དང་། །  
 རང་ལ་རབ་སྟོབས་སྟོབས་དང་ཡི་རང་དང་། ལུས་ངག་ཉམས་ལྟ་འདི་དག་རྗེས་  
 སུ་བྱེད། །དེ་ལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་རྟོག་པ་གང་ཞེ་ན། གང་གིས་བདག་གི་  
 གསལ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་རྟོག་པའོ། །དེ་ལ་  
 དམིགས་པ་གང་རྟོག་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པའི་  
 སེམས་སམ། དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཀྱིས་དམིགས་སམ་རྟོག་གོ། བྱིང་བ་  
 ཇི་ལྟར་རྟོག་ཅེ་ན། སེམས་བྱུལ་བྱུལ་པོར་འདུག་པ་དང་། གཉིད་ཀྱིས་ནོན་





བ་ལྟ་བུར་འདུག་པ་དང་། བསམ་གཏན་དང་གཉིད་དབྱེ་བ་མེད་པར་  
 འདུག་པའོ། རྒྱུད་པ་ཇི་ལྟར་རྟོག་ཅེན། སེམས་གཉིས་འཛིན་ཏུ་གནས་པ་  
 དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ཡུལ་ལ་རབ་ཏུ་འཕྱོ་བའོ། རྟེན་ལ་གནས་པ་གང་ཞི་  
 ར། རོ་ལྷུང་བ་དང་། ཞི་བར་ཤེས་པའོ། རང་ལ་རབ་ཏུ་སྒྲུབ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན།  
 རང་གི་བསམ་གཏན་འདི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བའོ། འདི་ནི་ཡང་དག་པའོ་  
 སྒྲུལ་ཏུ་འགྱུར་བའོ། བསྒྲུབ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དགོ་བའི་ཙ་  
 བ་འདིས་འགོ་བ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག་སྒྲུལ་པའོ། ཡི་རང་  
 བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། སེམས་ཅན་གཞན་བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པ་ལ་ཡི་རང་  
 བའོ། ལྟས་ཀྱི་ཉམས་ལྡན་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། ལྟས་དག་ལ་བསམ་གཏན་མན་  
 པའམ་དེ་ལས་གཞན་ཏུ་མན་པར་གྱུར་པ་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་སྟེ། སྒྲུབ་དང་  
 སེམས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། ཁམས་ཀྱི་ཆོད་བཟུང་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། གང་ཏུ་  
 བསམ་གཏན་གྱི་ཁམས་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་དེ་སྤྲིད་ཏུ་ཐུན་ཐུང་ཏུ་.....  
 གནས་པར་བྱའོ། གང་ཏུ་ཁམས་ལ་གཞོད་པ་མེད་པ་དེ་ནས་ཐུན་སྲང་  
 ཞིང་ཁྱེད་ཏུ་ཁྱེད་ཏུ་གནས་པར་བྱའོ། སྒྲིམ་པའི་ཆོད་གང་ཞིག་ཅེན། དེ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། གོམས་པའི་ཆོད་དང་། མཐར་ཐྱིན་པའི་ཆོད་དོ། གང་གིས་  
 དམིགས་པ་རྩོལ་བས་གསལ་བ་དང་། རྣམ་པ་གཞན་ཏུ་བསྐྱུར་བར་ཁུས་  
 པའོ། ཡང་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་རང་གི་བསམ་གཏན་ལས་གཞན་ཏུ་མི་སྤང་བའོ།  
 སྦྱོང་ལམ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ལས་དང་པོ་པའི་སྦྱོང་  
 ལམ་དང་། བར་མའི་སྦྱོང་ལམ་དང་། ཆོད་ཏུ་ཐྱིན་པའི་སྦྱོང་ལམ་མོ། ལས་  
 དང་པོ་བའི་སྦྱོང་ལམ་གང་ཞི་ན། དང་པོའི་རུས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པས་ནང་  
 པར་ཉི་མ་རི་ལ་གནས་པའི་རུས་སུ་བསམ་གཏན་བྱ་སྟེ། དེ་ནས་ཟས་





ལེགས་པར་བཟའ་བ་དང་། སྐྱམ་ལེགས་པར་བརྟུང་བ་དང་། ལས་དྲག་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་སྤང་བ་དང་། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུན་རིང་རུ་བཟུང་བ་  
 སོགས་སྤང་བར་བྱའོ། གཞན་ཡང་ཐ་མལ་པར་གནས་པར་བྱའོ། གཞན་  
 ཡང་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ལྷན་དག་གི་སྤྱད་པ་ཅི་བདེར་གནས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
 བྱི་ལས་དང་པོ་པའི་སྤྱད་ལམ་མོ། རྒྱལ་འབྱོར་པའི་སྤྱད་ལམ་གང་ཞིན།  
 གང་གིས་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་ལྟའི་དཀྱིལ་འཁོར་རུ་གནས་པ་དང་། སྤང་བ་  
 ཉིད་སྐྱུ་མ་ཙམ་རུ་གནས་པ་དང་། གོང་མ་ཙམ་ཉིད་སྐྱུ་མ་ཙམ་རུ་གནས་པ་  
 ཉྟེ། ལྷང་ལས། རྒྱལ་འབྱོར་མོས་པའི་ས་ལ་གནས། གོང་རུ་གྱུར་པའི་སྤྱད་  
 ལམ་ནི། སྤང་བའི་དངོས་པོ་བརྒྱན་པར་གཟིགས། ཇི་ཉིད་གཞན་རུ་  
 བརྒྱུག་པ་དང་། གཞན་འབྱུར་དངོས་པོ་སྐྱུ་མར་བཟུ། ཡོན་ཏན་དམ་པ་  
 ཐོབ་པར་འབྱུར། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། རྒྱལ་འབྱོར་པ་མཆོག་གི་སྤྱད་  
 ལམ་གང་ཞིན། གང་གིས་སྤོན་རུ་སྤང་བའི་ལོག་པ་སྐྱུ་མ་ཙམ་དང་། ལྟོང་  
 པ་ཉིད་རུ་ལྟ་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱིས་བརྟགས་འབྲུལ་པར་ཡང་ཤེས། འབྲུལ་  
 པ་དེ་ལའང་མ་ཆགས་བཞིན་རུ་སྤྱད་དོ། ཇིངས་པོ་ལྟའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡང་  
 སྤང་བ་ཙམ་རུ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལའང་མ་ཆགས་བཞིན་རུ་སྤྱད་དོ། ཇི་ནི་ལྷང་  
 ལས། རང་སྤང་གཞན་ལ་སྤང་བ་ཀྱན། སྤང་དང་འབྲུལ་པ་ཙམ་རུ་གནས། །  
 ཞན་པ་མེད་བཞིན་ཀྱན་རུ་སྤྱད། ཇི་ལ་དངོས་གྲུབ་མཆོག་དང་ལྟན། ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། ཇི་དེ་རུས་ཀྱི་སྤྱད་ལམ་གཞན་ཡང་གསུངས་པ། རང་གི་  
 ཟས་དང་སྐྱམ་དག་ནི། ཀྱན་རུ་བརྟུང་ཅི་ཡོངས་སྤྱད་ཆེ། འཆི་ཉལ་སྤྱང་པ་  
 ཉིད་རུ་གནས། ལངས་པའི་རུས་སུ་རང་ལྟ་ཉིད། ཀྱན་རུ་བདེན་པ་ཉིད་ལ་  
 གནས། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་ལྷ་དན། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་







བ་ལྟ་བུའོ། སེམས་ཉམས་དུ་ཞེན། སྒྲིམ་ནི། སྒྲིམ་ནི་མུར་དང་དལ་དང་  
 བརྟན་པ་དང་། སྤྲ་དང་སྦྱི་དང་ཐོགས་པ་དང་། སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་  
 ཟེམ། ཇི་བཞིན་རྟགས་ནི་རྣམ་པ་ལྟ། ཇི་ལ་མུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཤེས་པ་རྒྱ་  
 འབབ་པ་ལྟ་བུར་སྤང་བའོ། ཇི་ལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱ་སྤང་བཞིན་ལོ། །  
 བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཆོ་རྟིང་བཞིན་ལོ། སྤྲ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་པ་  
 ཐོགས་བརྟགས་ཅན་དུ་མུར་པའོ། སྦྱི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ལས་བརྒྱུག་པའོ། །  
 དང་པོ་སྦྱི་ལ་དེ་ནས་སྤྲ་བ་ནི་ཐོགས་པའོ། སྒྲིམ་སེམས་པ་ནི་ཉེ་སྒྲིམ་སེམས་  
 པ་དང་། རིང་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། དལ་བ་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། སྤེལ་བ་  
 སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། ཟིན་པ་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། མ་ཟིན་སྒྲིམ་སེམས་པ་  
 དང་། སངས་རྒྱས་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། མི་ཉམས་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་།  
 གཞན་དུ་བྱིན་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། མ་བྱིན་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། ཀུན་བདེ་  
 བ་སྒྲིམ་སེམས་པ་དང་། མི་བདེ་བ་སྒྲིམ་སེམས་པའོ། རྒྱ་ཆེ་བ་ནི། ཤེས་པ་  
 རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུར་མུར་པའོ། ཟེམ་པ་ནི་མཆོ་གཏིང་སྒྲིམ་ལྟ་བུའོ། རྟགས་  
 རྣམ་པ་ལྟ་ནི། སྤྲིག་རྒྱ་དུ་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྲིན་བྱ་མེ་ཁྱེར་མར་མེ་བཞིན། ལྟ་  
 བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་བཞིན། འདི་ལ་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་དང་། དམིགས་  
 པ་སོ་སོའི་བྱེ་བྲག་དང་། ཇི་ལས་གཞན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་གཞག་གོ ཇི་ལ་  
 བཅོས་པའི་ཐབས་གང་ཞེན། སྒྲིམ་ནི། ཟས་དང་སྒྲིམ་དང་གནས་ལ་སོགས།  
 རྟོར་བ་དང་ནི་སྤང་བ་དང་། རིང་སྤང་ཚུལ་བཅས་ཚུལ་མེད་དང་། རང་  
 ལས་བརྒྱུག་པའི་རྣམ་པའོ། ཇི་ལ་ཟས་སྒྲིམ་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན།  
 གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་ལོ། རྟོར་བས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། སེམས་ཉམས་མི་བདེ་  
 པའོ། སྤངས་པས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། བདེ་བ་དང་པོས་མཐའ་མ་བདེ། རིང་བ་





ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གང་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་བརྟན་པའོ། །ཕུང་བའི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
 གསལ་བ་མི་བརྟན་པའི་དུས་སོ། །ཚཱ་ལ་བའི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མ་ཡེངས་པར་  
 གཏོང་བའོ། །དེ་ལས་བསྒྲག་པ་ནི་ཚཱ་ལ་བ་མེད་པའོ། །རང་ལས་བསྒྲག་པ་ཇི་  
 ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ལྷུང་བར་གནས་པ་ནི་དལ་བར་བྱེད་པའོ། །སེམས་དལ་བ་ལས་  
 བརྟན་པ་འབྱུང་ངོ་། །བརྟན་པ་དམན་པ་ནི་ལྷུང་བར་བྱེད་པའོ། །སྤྱི་བ་ནི་  
 སྟེ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཞེ་ན། རང་གི་རང་གིས་དམིགས་པ་གསལ་བར་  
 ལྷུང་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་དམིགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། མི་  
 དགེ་བའི་རྒྱ་སྤར་མ་སྟེས་པ་མི་སྟེད་པ་དང་། སྟེས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། དགེ་བའི་རྒྱ་སྤར་མ་སྟེས་པ་བསྟེད་པ་དང་། སྟེས་པ་འཕེལ་བ་དང་།  
 ངན་སོང་གི་སྟེ་བ་དང་བྲལ་བ་དང་། དེའི་སྤྱག་བསྐུལ་དང་བྲལ་བ་དང་།  
 བསྟེན་གནས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཏེ། དགེ་སྦྱོང་གི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་  
 དང་། སྟོན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་གྱི་བར་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དང་། སྤྱགས་མཆོམས་སུ་སྟོན་པ་ཐོབ་པ་དང་།  
 ཆོགས་ལ་བག་འཁུམས་པ་མེད་པ་དང་། མདོན་པར་ཤེས་པ་ཉམས་པ་མེད་  
 པ་དང་། གཞན་དང་བ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། མདོན་ན་བཙམ་ལྡན་  
 འདས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གསུངས་པ་བསམ་གཏན་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། བསྐལ་པ་སྟོང་ཏུ་སྟོན་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།  
 སྐད་ཅིག་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སར་མི་འགོ། །ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་དཔགས་  
 མེད་གསོག་པའི་ཕྱིར། །དགོན་པར་སེམས་སྤྱད་སྒྲུ་མེད་ཡོན་ཏན་སྒྲང་། །  
 ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །གོ་རིམ་གང་ཞེ་ན། དང་པོར་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དམིགས་





པ་རགས་པ་ལ་འཛིག་པའོ། །དེ་ནས་ནི་སྤྱོད་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་བ་ལ་འཛིག་  
 པའོ། །དེ་ནས་སྤྱོད་བ་ཉིད་མཛོན་ཏུ་བྱེད་དོ། །དེའི་རྗེས་སུ་བྱ་བ་འང་འདི་  
 ལྟར་སྤྱོད་བ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་སྒྲིམ་པའོ། །དེ་ལས་ལངས་ནས་བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྒྲིམ་མོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་  
 མོ། །རྣམ་པར་དབྱེ་བ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་ཞི་གནས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
 སྒྲོབ་པའི་ཞི་གནས་དང་། གོམས་པའི་ཞི་གནས་དང་། མཛོན་ཏུ་གྱུར་པའི་  
 ཞི་གནས་དང་། ཚུལ་བ་བྱས་ཀྱང་མི་གསལ་མ་བྱས་ཀྱང་མི་གསལ་བ་དང་།  
 བྱས་ན་གསལ་ཞིང་མ་བྱས་ན་མི་གསལ་བ་དང་། གཉིས་ཀར་གསལ་བ་  
 དང་། གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །དེའི་འབྲས་སུ་གང་ཞེ་ན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཚྭ་གས་  
 གཅིག་པའོ། །གང་ཟག་ཞི་གནས་དང་ལྡན་པ་ལ་གང་གིས་ངེ་ལྟར་ཡོངས་  
 སུ་བརྟག་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོངས་སུ་རྟོག་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་དེའི་རྟགས་ནི། གང་གིས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་དང་། ཞེ་སྤང་མེད་པ་  
 དང་། ང་རྒྱལ་མེད་པ་དང་། རྣམ་དང་ཡུལ་དང་གཉིན་འདུན་ལ་ཆགས་པ་  
 མེད་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་ལྡན་པ་གཞན་ལ་ཡི་རང་བའི་སེམས་  
 དང་ལྡན་པ་དང་། དགོན་པ་དང་ཏུ་ལེན་པ་དང་། གཞན་ལ་དགོན་པའི་  
 བསྐྱུགས་པ་བརྗོད་པ་དང་། དགོན་པ་དང་ཏུ་ལེན་པ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
 པ་དང་། ཆོགས་ཀྱི་ནང་ན་མི་གནས་ཤིང་དེ་ལ་སྒྲུན་ཏུ་ལྟ་བ་དང་། རྟོག་  
 པའི་གྲོགས་པོ་མི་བསྟོན་པ་དང་། དགོ་བའི་གྲོགས་དང་ཏུ་ལེན་པ་དང་།  
 བསམ་གཏན་ཡུན་རིང་བ་དང་། ལུས་ལ་གནོད་པ་མེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་  
 སྦྱོང་ལམ་དྲག་པོ་མི་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་མི་དགོ་བ་མི་བྱེད་པ་དང་། ངག་  
 གི་སྤྲོ་བ་དྲག་ཏུ་མི་བྱེད་པ་དང་། ངག་གི་མི་དགོ་བ་མི་བྱེད་པ་དང་། སེམས་





མི་དགེ་བའི་བསམ་པ་མེད་པ་དང་། རྟོན་མེད་པའི་གཡེང་བ་ལ་མི་སེམས་  
 པ་དང་། འདུས་བྱས་ཀྱི་དགེ་བ་ཆེད་དུ་མི་བྱེད་པ་དང་། གྲོགས་ཅམ་དུ་མི་  
 འགོག་པ་དང་། ཟས་ལ་འདུན་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། བབ་ཅོལ་གྱི་  
 ལས་མི་བྱེད་པ་དང་། ཁི་དང་རེ་བ་མེད་པ་དང་། རྩོད་པ་མེད་པ་དང་། ལེ་  
 ལོ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་ལས་ལས་གཞན་པའི་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་བ་དང་།  
 དུ་མི་ལེན་པ་དང་། ཚུལ་འཆོས་དང་། ཁ་བསགས་དང་། སྦྱ་དང་གཡོ་ལ་  
 སོགས་པ་བྲལ་བ་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་རྟགས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་  
 འཕགས་པ་སོགས་མེད་ཀྱི་མཛད་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོན་མེ་ཇི་ལྟ་བ་.....  
 བཞིན་བཀོད་པས་ཡིད་ཆེས་པར་བྱའོ། །ཞི་གནས་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་སྟན་  
 ཟེན་ཏོ། །གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་སྟན་ནི། རྩ་དང་རང་  
 བཞིན་སྟོབ་ཚུལ་དང་། སྤུང་ཡོན་དང་ནི་དེ་ཡི་རྟགས། ལྷག་མཐོང་གི་རྩ་  
 གང་ཞེན། སྦྱོས་བྱ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མང་དུ་སྟོས་པ་བཅའ་བ་དང་།  
 བཅའ་བའི་དོན་ལ་རིགས་པས་སེམས་པའོ། །མང་དུ་སྟོས་པ་བཅའ་བ་གང་  
 ཞེན། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་མཉན་པ་དང་། འཛིན་པ་དང་།  
 ཁ་ཏོན་བྱེད་པ་དང་། སྟོ་ལ་བྱང་བར་བྱེད་པའོ། །དགོངས་འགྲེལ་ལས།  
 འཕགས་པའི་གཏམ་འདོད་པ་བཞིན་མ་སྟོབ་པ་ནི་ལྷག་མཐོང་གི་གོགས་.....  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། ཚུལ་བཞིན་སེམས་པ་གང་ཞེན། སྟོས་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་བབྱུང་བའི་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབབས་པའོ། །དགོངས་  
 འགྲེལ་ལས། ལྷག་མཐོང་ནི། སྟོས་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྟ་བ་  
 རྟོན་པར་དག་པའི་རྩ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །རང་བཞིན་གང་ཞེ་  
 བ། གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་བའི་དོན་རྟོན་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ།





མདོ་སྡེ་རྒྱུ་ལས། ཚས་རབ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར། །ལྷག་མཐོང་འདྲོད།  
 ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་སྒྲུབ་ནི། ཇི་སྟེད་པ་དང་ཇི་ལྟའི་དོན།  
 རྟོག་པ་དང་ནི་དབྱེད་པ་དང་། །སོ་སོར་རྟོག་དང་མི་གཡོ་བ། །སྒྲོབ་དང་  
 མདོན་གྱུར་བདག་ཉིད་དོ། །ཇི་སྟེད་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ལྷག་མཐོང་  
 གང་ཞེ་ན། སྤང་པོ་ལ་མཁའས་པ་དང་། །ཁམས་ལ་མཁའས་པ་དང་། །སྐྱེ་མཆེད་  
 ལ་མཁའས་པ་དང་། །བདེན་པ་ལ་མཁའས་པ་དང་། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་  
 འབྱུང་བ་ལ་མཁའས་པ་དང་། །གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁའས་པའོ། །  
 དང་པོ་གསུམ་ནི་སྤུང་མོང་གི་ཤེས་བྱའི་གཞི་ལ་མཁའས་པའོ། །བཞི་པ་ནི།  
 ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ལ་མཁའས་པའོ། །ལྷ་པ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚུལ་ལ་མཁའས་པའོ། །དྲུག་པ་ནི། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་  
 མཁའས་པའོ། །དེ་དག་ལ་ཇི་ལྟར་མཁའས་པར་བྱ་ཞེ་ན། སྤང་པོ་སོགས་ཀྱི་མིང་  
 གི་རྣམ་གྲངས་ལ་མཁའས་པ་དང་། ཇེས་པའི་ཆོག་ལ་མཁའས་པ་དང་། དོན་ལ་  
 མཁའས་པ་དང་། རབ་རྒྱ་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ལ་མཁའས་པའོ། །མིང་གི་རྣམ་གྲངས་  
 ལ་མཁའས་པ་ནི། སྤང་པོ་སོགས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མིང་གི་ཐ་སྟངས་  
 མ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཤེས་པའོ། །ཇེས་པའི་ཆོག་ལ་མཁའས་པ་ནི། སྐྱེ་འཇུག་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་དང་སྐྱེ་དོན་ཤེས་པའོ། །དོན་ལ་མཁའས་པ་ནི། སྤང་པའི་དོན་  
 ཏུ་མ་སྤངས་པ་དང་། །ཁམས་ཀྱི་དོན་རང་གི་མཚན་ཉིད་འདྲིན་པ་དང་། །སྐྱེ་  
 མཆེད་ཀྱི་དོན་སྐྱེ་བའི་སྒོ་འབྱེད་པ་དང་། །གསལ་བ་སོ་སོའི་རང་རང་གི་  
 དོན་ཤེས་པའོ། །རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ལ་མཁའས་པ་ནི། སྤང་པོ་ལ་ལྷ་དང་། །ཁམས་  
 ལ་བཅོ་བརྒྱད་པ་དང་། །སྐྱེ་མཆེད་ལ་བརྟུ་གཉིས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཤེས་པ་  
 དང་། སྤང་པོ་ལྷ་པོ་སོ་སོ་ལ་ཡང་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཞུགས་དང་། །ཐོགས་





མེད་ཀྱི་གཟུགས་དང་། འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་འཁྱར་གྱི་གཟུགས་དང་།  
 འབྲུང་བ་ལ་ཡང་བཞི་དང་། འབྲུང་འཁྱར་ལ་བརྩ་གཅིག་ལ་སོགས་པར་  
 རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་མཁའ་པ་དང་། ཆོར་བ་ལ་ཡང་བདེ་བ་དང་། ལྷག་  
 བསྐལ་དང་། བཏང་སྒྲིམས་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་མཁའ་པ་  
 སྟེ། ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་གསལ་བ་སོ་སོའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ཤེས་པ་ལོ། །འདི་  
 དག་གིས་ནི་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པ་རིག་པ་དང་། དེས་པའི་  
 ཆོག་དང་། རྟོག་དང་། སྤྲོས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པ་རིག་པ་ཐོབ་པར་འཁྱར་  
 རོ། །ཤོད་འདིར་ངེ་སྟེད་པ་འབྱེད་པའི་ལྷག་མ་ཐོང་གི་གཏམ་ཅམ་ཡང་མི་  
 སྤང་རོ། །རྫི་ལྷ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དབྱེ་བས་གཉིས་སོ། །  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་གང་ཞེ་ན། གང་ཟག་ནི་སྤང་པོ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཐ་སྟངས་རྒྱ་གདགས་པ་ཅམ་རྒྱ་ཟད་ཀྱི་རིག་པས་སོ་སོར་བཅའ་  
 བ་མི་རྟེན་པས་ན་གང་ཟག་དོ་པོ་ཉིད་མེད་པར་ཁོང་རྒྱ་ཆུད་པ་ལོ། །གང་  
 ཟག་དོ་པོ་ཉིད་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་རིགས་པ་འདི་ལྷ་སྟེ། གལ་  
 ཏེ་གང་ཟག་ནི་སྤང་པོ་མེད་པ་ཞིག་སྤང་པོ་དང་བཅས་པ་ཞིག་རྒྱ་བརྟག་  
 གང་། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་ལྷས་མེད་པས་  
 འབད་མེད་རྒྱ་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ཉིད་སྟེ་འཁྱར་རོ། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་དང་  
 བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྤང་པོ་དེ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་རྒྱ་གྲུབ། །དང་པོ་ལྟར་  
 བ་ཉེ་བར་སྤང་བྱ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་གཅིག་རྒྱ་ཐལ་བར་འཁྱར་ཞིང་།  
 བདག་སྟེ་འཇིག་ཅན་རྒྱ་འཁྱར་རོ། །གཞན་ཡང་སྤང་པོ་དང་མཚན་ཉིད་མི་  
 མཐུན་པས་གཅིག་རྒྱ་མི་འཁྱར་ཏེ། སྤང་པོ་ནི་མི་རྟག་པ་དང་། དངོས་པོ་རྒྱ་





མ་དང་། རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་མ་གཞན་དབང་རྒྱ་རྒྱ་པ་ཡིན་ལ། བདག་ནི་ལྷན་སྐྱེས་  
 ཀྱི་ངར་འཛིན་གྱི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོད་པར་ཡོངས་སུ་བབུང་ཞིང་།  
 དེའི་རྒྱུ་མོགས་སུ་སྤར་མཐོང་བ་ལྱིས་ངོ་ཤེས་པར་རྫོམ་པའི་སྒྲིལ་རྟག་.....  
 པར་སྒྲུ་འདོགས་ཤིང་། འཛིན་རྟེན་སྐྱེ་བ་ན་གང་ཟག་ཉག་ཅིག་སྐྱེའོ་ཞེས་  
 གཅིག་སྤྱད་དང་། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པར་  
 ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིན་པས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་.....  
 མཚན་ཉིད་གསུམ་ལྷན་རྒྱ་འཛིན་པས་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པ་འཇུག་སྤང་པོ་བདག་གི་མཚན་ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་པར་  
 ཁོང་རྒྱ་རྒྱུ་པ་ན་སྤང་པོ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ངར་འཛིན་གྱི་ཡུལ་ལ་  
 བདག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ་སྤང་པོ་ལས་གཞན་ན་ངར་འཛིན་འཇུག་པ་.....  
 མ་མཐོང་བའི་ལྱིས་མི་འཐད་དེ། །དཔེར་ན་ལྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་བདག་རྒྱ་  
 འཛིན་པ་མི་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །གང་དག་རྟག་པ་དང་གཅིག་སྤྱད་དང་  
 རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་སྒྲུབ་ནི་མི་འཐད་དོ། །གང་ཟག་རང་  
 དབང་ཅན་ལ་ཡིན་པར་རྟོགས་པས་གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་.....  
 པར་འགྱུར་ལ། གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པ་ནི་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ལྱིས་རོ། །གང་ཟག་ནི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་  
 ངར་འཛིན་གྱི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ། གང་ཟག་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 ཚུལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་ཚུལ་གྱི་བདག་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །





འདི་དག་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱེད་པའི་.....  
 རིགས་པའོ། རིགས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་པོ་ལ་བདག་གདོད་མ་ནས་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་.....  
 རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ངོ་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གང་  
 ཞེ་ན། རྒྱ་ལ་དཔྱད་པ་དོ་རྩེ་གཟེགས་མ་དང་། རོ་བོ་ལ་དཔྱད་པ་  
 གཅིག་དང་རྩ་བུ་ལ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་དཔྱད་པ་ཡོད་མེད་སྟེ་འཁོག་གི་  
 རིགས་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་དང་རོ་བོ་དང་འབྲས་བུ་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་  
 སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་བློང་གི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་མེད་རྟོགས་པའི་དོན་འཛིན་པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
 རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟག་ཆད་གཉིས་ཀའི་སྒྲིན་དང་བུལ་བར་བསམ་.....  
 བྱང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་རྟོགས་པའི་ཤེས་.....  
 རབ་པོ། རིགས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བདེན་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
 བདེན་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པས་ནི་  
 རྟག་ཆད་གཉིས་ཀའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པས་རིགས་པ་གཞན་ལས་མད་རྩ་བྱང་  
 བ་ཡིན་ནོ། འཇུག་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་རྟེན་བྱང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། ལྟ་  
 བན་བུ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། བོད་  
 གཞན་དག་གིས་ནི་འདི་ཙམ་ཡང་ཁོང་རྩ་མ་རྒྱུད་ན་གཞན་ལྟ་ཡང་ཅི་སྟོས།  
 གལ་ཏེ་ཆོས་རྣམས་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པ་འཐད་པ་སྦྱབ་པའི་.....  
 རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩིས་དཔག་གིས་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཁོ་  
 བ་ལ་རག་ལས་སམ་ཞེ་ན། ཚྣོད་པ་བསྐྱོག་པ་ལས། ཁའོན་སྤུམ་དང་། རྩིས་  
 དཔག་དང་། ལྷང་དང་། དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་ཆད་མ་བཞིའི་སྟོན་ནས་བྲང་







དྲོ་མ་གྱི་ཐ་སྟངས་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པ་ལྟར། ལུང་དང་དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་ཚད་མ་ལས་ཀྱང་རྟོགས་ཏེ། ལུང་ལས། རྟོགས་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་པའི་རྩེས་དཔག་ཚད་མའོ། །དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་ཚད་མ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། མདོ་ཉིང་ལེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། ཇི་ལྟར་ན་མ་མཁའ་དྲངས་པར་ཟླ་ཤར་བ། །དེ་ཡི་གཞུགས་བརྟན་དྲངས་པའི་མཆོར་སྒྲུང་ཡང་། །ཟླ་བ་ཅུ་ཡི་ནང་དུ་འཕོས་པ་མེད། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་པ་དང་། །ཟླ་བ་སྟོན་མེད་མདོ་ལས། སྐྱེ་མ་བྱེད་པ་དག་གིས་གཞུགས་སྦྱུལ་ནས། །རྟོ་དང་སྤང་པོ་ཤིང་རྟ་སྒྲ་ཆོགས་བྱས། །དེ་ལ་ཇི་བཞིན་སྒྲུང་བ་གང་ཡང་མེད། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཇི་ལྟར་སོས་ཀའི་ཉི་མ་བྱེད་ཀྱས་ཀྱི། །སྦྱིས་བུ་སྟོན་པས་གདུངས་ཤིང་འགྲོ་བ་ཡིས། །སྦྱིག་སྦྱུ་དག་ལ་ཅུ་ཡི་ལུང་པོར་སྒྲུང་། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཇི་ལྟར་མི་དག་ནགས་རིའི་ཁྲོད་འཇུག་སྟེ། །སྦྱུ་ལེན་སྦྱང་དང་གློད་དང་ཏུ་བ་ལས། །བྲག་ཆ་ཐོས་ཀྱང་སྒྲུང་བ་འགའ་ཡང་མེད། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེ་ལ་བརྟན་ནས་དོན་རྟོགས་པ་དཔེ་ཉེར་འཇལ་གྱི་ཚད་མའོ། །གསུང་རབ་ལ་འདི་ཤིན་ཏུ་མང་བར་སྒྲུང་ངོ་། །ཅུ་ཟླའི་དཔེས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ཇི་ལྟར་བརྟན་ཅེན། དྲངས་པའི་མཆོར་ཟླ་བའི་གཞུགས་བརྟན་ཤར་བ་ན་ཟླ་བར་སྒྲུང་ཅམ་མ་འགགས་པར་ཡོད་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་ཟླ་བར་སྒྲུང་བའི་ཀྱས་ཉིད་ན་སྟོད་ཚུལ་ལ་ཟླ་བར་གདོད་མ་ནས་ཡོད་མ་ཟུང་བ་སྟེ། །དེ་ལ་ཀྱན་རྩོམ་ནི་ཟླ་བར་སྒྲུང་ཅམ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། །དོན་དམ་པའི་བདན་པ་ནི་ཟླ་བར་གདོད་མ་ནས་ཡོད་མ་ཟུང་བ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་ཟླ་བར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཟླ་བའོ་





སྟམ་ན། དེ་ལ་ནི་ཕུན་པ་སེལ་བ་དང་། འད་ཟེར་འཕྲོ་བ་དང་། ཟླ་བའི་  
 ཆོད་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟླ་བའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའོ། །  
 ཟླ་བར་སྤང་ཅམ་མ་དོར་ཞིང་ཟླ་བའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྟེན་ཅིང་པས་ན་.....  
 སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཟླ་བར་སྤང་བ་ཉིད་ཟླ་བའི་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་རྟེན་ཟླ་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 ཀྱིས་སྟོང་པ་ཅམ་རྟེན་ཅིང་དོ། །ཟླ་བར་སྤང་བ་དང་། ཟླ་བ་རང་གིས་སྟོང་པ་  
 གཉིས་སོ་སོ་མ་ཡིན་པས་སྤང་སྟོང་ཐ་མེད་དང་པ་ཉིད་དོ། །དཔེ་དེ་བཞིན་རྟེན་  
 གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་ཅམ་གྱི་རང་གི་.....  
 ངོ་བོ་མི་འདོར་བས་ཆད་པའི་མཐའ་སྤངས་ལ། སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་ཆུ་ཟླ་  
 ལྟར་སྟོང་ཚུལ་དང་འདུག་ཚུལ་དང་། གནས་ཚུལ་ལ་གདོད་མ་ཉིད་ནས་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རྟག་པའི་མཐའ་སྤངས་སོ། །སྤང་ཚུལ་ལ་ཀུན་རྫོབ་  
 ཅེས་བརྗོད་ཅིང་གནས་ཚུལ་ནས་དོན་དམ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །སྤང་ཚུལ་དང་  
 གནས་ཚུལ་གྱི་ཆ་ནས་གཉིས་སུ་སྟོན་གྱི་དོན་ལ་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་སྤང་བའི་ཆ་རང་གི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ལ་སྟོང་པ་  
 ཉིད་ཅེས་བརྗོད་དོ། །ཆོས་ཅན་སྤང་བ་དང་མ་འབྲེལ་བའི་མེད་ཅམ་ལ་ནི་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་མི་བརྗོད་དེ། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་རྟེན་བརྗོད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
 གཞན་དག་གིས་ནི་དོན་འདི་ཁོང་རྟེན་ཅིང་ཆུད་དེ། ཟླ་བར་སྤང་ཡང་ཟླ་བའི་  
 ངོ་བོར་མེད་པ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པ་བཞིན་རྟེན་གཟུགས་.....  
 སོགས་སུ་སྤང་ཡང་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ནོ། །  
 འདིར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཞེས་པའི་སྤྲ་ཅམ་རྟེན་ལས་པར་མི་བྱའོ། །རང་





བཞིན་མེད་པའི་དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ནི་  
 དཔེ་ཉེར་འབྲལ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་སྒྲིབ་དཔོན་འབགས་པ་སྤྱི་སྤྱེད་ཀྱིས་...  
 བཤད་དོ། །དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་མཐི་དཔེ་དང་། སྤྱི་སྤྱེད་དཔེ་ལ་སོགས་པ་  
 གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པར་བྱའོ། །  
 རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་གང་ཞེ་ན། སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྤྱེད་མཆེད་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ལ་དང་པོར་ངོ་བོ་ལ་རྟོག་ཅིང་། དེ་ནས་ཁྱད་པར་  
 གཟུགས་དང་ཚོར་བ་སོགས་ལ་དཔྱད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཐོག་མར་སྤང་  
 པོ་ཙམ་ཞིག་སྒྲིལ་ལ་དུ་བྱས་ནས་དེའི་དོན་ལ་རྟོག་པ་དང་། དེ་ནས་སྤང་པོ་  
 ལ་ལྷན་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོའི་ངོ་བོ་ལ་  
 རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་གཟུགས་ཉིད་ལ་ཡང་ཐོགས་བཅས་དང་ཐོགས་  
 མེད་སོགས་སྤྱི་འབྱེད་པའོ། །སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྤྱེད་མཆེད་སོགས་  
 ལྟག་མ་རྣམས་ལ་འད་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པའི་ཚུལ་དེ་བཞིན་ནོ། །རགས་པ་  
 དང་སྤྱི་བ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤྱི་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་དབྱེ་བས་རྟོག་པ་དང་.....  
 དཔྱད་པ་དང་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གསུམ་གསུངས་སོ། །སོ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ལྟག་མཐོང་གང་ཞེ་ན། ཇི་སྟེད་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ལྟག་  
 མཐོང་གིས་ནི་གང་ལ་སྒྲོ་འདོགས་དཔྱད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་མ་  
 འདྲེས་པར་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་དོ། །ཇི་ལྟ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་  
 ལྟག་མཐོང་གིས་ནི་སྒྲོ་སྤྱི་མས་སོ་སོར་རྣམ་པར་བྱེད་ནས་བརྩམས་པའི་དོན་ལ་  
 རེ་རེ་ཞིང་དེའི་གནས་ཚུལ་ལ་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སོ་སོར་རྟོག་ཅིང་.....  
 དེའི་གནས་ཚུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའོ། །རྣམ་པར་མི་གཡོ་བའི་ལྟག་མཐོང་  
 གང་ཞེ་ན། ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་རིགས་པས་བརྟགས་ནས་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟ་





བ་བཞིན་དུ་རྟེན་པའི་དོན་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་གྱི་  
 དོན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འཛིན་པའོ། །དེ་ལ་སྦྱར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་སྐ་  
 སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་ལ། མཉམ་བཞག་གི་དངོས་  
 གཞིའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་རྣམ་པར་མི་གཡོ་བའི་ལྷག་མཐོང་གིས་འཇུག་  
 པའོ། །ཡང་སྐྱེ་དང་འབགས་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་ཐོབ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
 ནི་སྐ་སོར་རྟོག་པའི་ལྷག་མཐོང་ལ་འཇུག་གོ། །མཉམ་བཞག་གི་གནས་  
 སྐབས་སུ་ནི་རྣམ་པར་མི་གཡོ་བའི་ལྷག་མཐོང་ལ་འཇུག་གོ། །ཇི་ལྟར་སྦྱོབ་  
 པའི་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་གང་ཞེ་ན། ཐོག་མར་སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་རྣམ་པར་འཛིན་  
 པ་བརྟོག་པའི་དོན་དུ། དུག་གིས་ཅིག་ཆར་སྦྱར་བ་ན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ལམ་  
 མི་ལམ་གྱི་དཔེས་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་མེད་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་  
 རྣམས་གཟུང་བའི་ཡུལ་མེད་ན་གཟུང་བའི་ཡུལ་རྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ལ་འབྲུལ་  
 བ་མེད་པར་སྦྱབ་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་འཛིན་པའི་  
 ཤེས་པ་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་གཟུང་འཛིན་ཐ་དད་  
 པའི་སྤང་བ་རྒྱབ་པའི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་རིག་ཅུམ་ཡོད་  
 དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ཤེས་པ་དེ་ལ་སྦྱོབ་དང་འགག་པ་དང་གནས་པའི་ཆ་གསུམ་  
 མེད་ན་ནི་རྣམ་ཐོག་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ནི་ཆ་ཤས་  
 ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་ཆ་ཤས་ཅན་དུ་ཡོད་ན་ནི། རང་གི་ཆ་ཤས་དང་  
 རྣམས་གཅིག་གམ་ཐ་དད་། གལ་ཏེ་རྣམས་གཅིག་གོ་ཞེ་ན། འོ་ན་སྤང་ཅིག་མ་  
 རྣམ་དང་རྣམས་གཅིག་ཡིན་ན་སྦྱོལ་གཞག་ལྷན་ཅིག་དུ་བྱེད་པས་ཆ་ཤས་སྤྱོད་  
 གཉིས་ཀྱི་དུས་ན་མེད་པའི་སྤྱོད་། དེ་དག་གི་ཆ་ཤས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ་





བར་འགྱུར་རོ། །རྒྱལ་ཐ་དད་དུའང་མི་འཐད་དེ། ཆ་ཤས་ཅན་ནི་ཆ་ཤས་  
 ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་རྒྱལ་སྤྱི་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་སྟེ་འགག་གནས་  
 གསུམ་རེ་རེ་ལ་ཡང་སྟེ་འགག་གནས་གསུམ་གྱི་ཆ་མེད་ན་འདུས་བྱས་སུ་མི་  
 འགྱུར་ལ། ཡོད་ན་དེ་དག་རེ་རེའི་ཆ་ལའང་ཆ་གསུམ་གསུམ་དུ་བརྟགས་  
 པས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་གཟུང་འཛིན་གཉིས་གྱི་  
 རྒྱང་བ་རུབ་པའི་ཤེས་པ་རིག་ཙམ་ཡང་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པར་བྱས་་་་  
 བས་སྒྲིམ་པ་མཐའ་དག་མ་དམིགས་པར་རྟོག་པའི་ལྷག་མཐོང་ལ་སྒྲོབ་པར་  
 བྱའོ། །འདི་དག་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྲོབ་པའི་རིམ་པའོ། །མདོར་དུ་ཀྱང་པ་གང་ཞེ་  
 བ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས་རྟེན་པའི་དོན་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཡང་དག་པའི་དོན་མདོར་དུ་ཀྱང་པའི་ལྷག་མཐོང་  
 རོ། །སྒྲུ་མ་རྣམས་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་སྒྲོབ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། སྐབས་འདིར་  
 བོ་གོམས་པའི་མཐུ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་པན་ཡོན་གང་ཞེ་ན།  
 ཆོས་རྣམས་གྱི་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
 རྟོངས་པའི་མ་རིག་པའི་ལུན་པ་སེལ་བ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་མདོན་  
 ཤེས་ཐོབ་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་པའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་རྟོགས་གང་ཞེ་ན། རྒྱང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་  
 བུར་འཆར་བ་དང་། དངོས་པོ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་དང་། གཟུང་  
 འཛིན་ཐ་དད་མེད་པའི་རྣམ་པ་འཆར་བ་སྟེ་རྟོགས་གཞན་ནི་ཞེ་གནས་གྱི་་་་  
 སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །རི་སྟེང་པ་འབྱེད་པའི་ལྷག་མཐོང་མེད་པར་  
 བོ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤྲིངས་སྤྲིངས་བའི་ལྷག་མཐོང་མི་འབྱུང་སྟེ། གང་  
 ལ་སྒྲོ་འདོགས་དབྱེད་པར་བྱ་བའི་དམིགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་མཁས་





པའི་སྒོ་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཆོས་ཅན་ནི་ཉི་ཆོལ་ཅམ་ལ་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་  
 པ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་མི་སྤང་ངོ་། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མངོན་རྟོགས་ཀྱན་ལས།  
 དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྒོ་འདོགས་  
 གཅོད་པའི་རྣམ་པ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་ཡང་མཐའ་ཡས་པ་དགོས་པ་ལ་དགོངས་་་་  
 རས་སྒྱུར་ལམ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པའི་བྱད་པར་མི་འདྲ་  
 བ་དུ་མ་དང་། རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙ་གསུམ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་  
 ཅན་རི་སྟེད་པ་ལ་མཁའས་པར་བྱས་ནས་ཆོས་ཅན་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་མཐའ་་་  
 ཡས་པས་སྒོ་འདོགས་གཅོད་པར་བྱེད་ན་རི་ལྷ་རི་སྟེད་ཀྱི་དོན་ལ་མཁས་་་་་  
 པར་འགྱུར་རོ། །ནང་གི་སེམས་ལ་དཔྱད་པ་ན་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་དང་། མི་དགེ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། དགེ་བའི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་དང་། ལུང་མ་བཟུན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་གང་སྟེས་  
 པ། གངས་རི་སྟེད་ཅིག་སྟེས་པ་རྣམས་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སོ་སོར་  
 རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཙ་ཉོན་དང་ཉེ་ཉོན་ནི་ཤུ་སྟགས་ལ་རྩ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཁོང་ཁོ་སྟེས་སོ། །ང་རྒལ་སྟེས་སོ། །འདོད་ཆགས་སྟེས་སོ། །ཞེ་སྤང་སྟེས་སོ་  
 ཞེས་པའི་ཚུལ་དུ་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་་་་  
 པར་བྱའོ། །ལུང་མ་བཟུན་ལ་ཡང་འགོའ་སྟམ་པ་དང་། འདུག་གོ་སྟམ་པ་  
 དང་། གཟུགས་སོ་སྟམ་པའི་རྟོག་པ་སྟེ་ཚུལ་སོ་སོར་ངེས་པར་བྱས་ཤིང་།  
 དགེ་བ་ལ་ཡང་རྣམ་བྱང་གི་ལུང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྟེ་མཆོད་དང་།  
 རྣམ་བྱང་གི་རབ་དབྱེ་རྣམས་ལ་རྟོག་པ་གང་སྟེས་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་་་  
 གྱིས་བཟུང་ནས་རེ་རེ་ཞིང་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །དོན་  
 འདི་ལ་དགོངས་ནས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱལ་ལས། ཀུན་ནས་ཉོན་





མིངས་གཟུང་རྟོག་དང་། རྣམ་བྱང་གཟུང་རྟོག་དང་། རྣམ་འཛིན་རྟོག་པ་  
 དང་། གཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་མང་དུ་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 པ་སྒྲིམ་པ་ནི་མདོར་སྒྲིམ་པ་ཙམ་མོ། །དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་  
 དང་། རང་གི་ངོ་པོ་དང་། གཞན་གྱི་ངོ་པོ་སྟངས་པ་ཉིད་བཞི་པོ་ནི་འབྲིང་  
 ཙམ་དུ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །སྟངས་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དུ་བཤད་པ་ནི་རྒྱས་པར་  
 བཟུན་པ་སྟེ། ཆོས་ཅན་རེ་རེ་ཞིང་སོ་སོར་བསལ་ནས་སྒྲིམ་འདོགས་གཅིད་  
 པའི་རིམ་པས་ལྷག་མཐོང་ཡང་ཆོས་ཅན་དུ་མ་ལ་སྒྲིམ་འདོགས་གཅིད་པའི་  
 རིམ་པས་མང་དུ་སྒྲིམ་ཏེ་སྒྲིམ་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །རང་རྒྱུད་ལ་དགེ་བ་  
 དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བཟུན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཞག་རེ་ལ་ཡང་  
 གྲངས་དང་གང་སྒྱུས་ཀྱི་ངོ་པོ་ཡང་མ་རིག་པར་བསྒྲིམ་བྱ་མ་རྟེན་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དང་། བསྒྲིམ་བྱ་དང་སྒྲིམ་བྱེད་སྟར་ནས་ཐལ། ཞེས་སོགས་སྒྲིམ་པ་  
 མཆར་སྟེད་ཀྱི་ཆོག་མང་དུ་སྒྲིམ་པར་སྒྲུང་ངོ་། །གཞན་ཡང་གནད་ཀྱི་མན་  
 ངག་མེད་པར་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ནས་ཞི་  
 གནས་ལྷག་མཐོང་གི་བཟུན་བཅས་ཟེར་བ་ཚུམ་པའང་བཞད་གང་ཀྱི་  
 གནས་སོ། །གཞན་ཡང་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་ལ་རྟོག་པ་སྒྲིམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བ་སོ་  
 སོ་ནས་དཔྱད་པའི་རྣམ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲིམ་ཚུལ་མ་ཤེས་པར་སྟངས་  
 ཉིད་སྒྲིམ་མོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཙམ་སྒྲིག་པ་དེ་ཡང་བཞད་གང་ཀྱི་གནས་སོ། །  
 ལྷག་མཐོང་གི་པན་ཡོན་གང་ཞེ་ན། རང་གི་རྟོགས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་  
 དང་། གཞན་གྱི་དྲི་བ་ཐོགས་མེད་དུ་ལུང་སྟོན་པ་དང་། དེ་ཁོན་ཉིད་ལ་  
 མོངས་པའི་མ་རིག་པའི་ལུན་པ་སེལ་བ་དང་། ཇི་ལྟ་བ་དང་ཇི་རྟེན་པ་





མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་གཉིས་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
 ཐོབ་པའོ། །རྟགས་གང་ཞིན། ལྷང་བ་རྣམས་སྒྲིག་རྒྱ་དང་སྒྱུ་མ་བཞིན་ཏུ་  
 མཐོང་བ་དང་། དངོས་པོ་ལ་ཞེན་པ་ཆུང་བ་དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་  
 ཞེན་པ་དེ་སྒྲུབ་ཏུ་འགྲོ་བ་དང་། ལུང་པའི་སྒྲིལ་འགྱུར་བ་ལྟར་སྒྲུབ་  
 རྒྱུ་བ་པ་རྣམས་ཀྱང་ཞི་ཞིང་ཏུ་ལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་  
 ལ་ཡང་སྒྲིབས་པ་ཐོགས་མེད་ཏུ་འབྱུག་པའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་སྒྲིའི་དོན་  
 བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

**ནལ་འབྱོར་རྩེས་སུ་སྒྲུབ་པའི་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ།**

གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྒྲིལ་  
 པ་ལ་འབྱུག་པའོ། །

**རྒྱ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་པ་བཤད་པ།**

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས། ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས།  
 གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ཆོགས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡན་ལག་གི་དབྱེ་བ་མདོར་  
 བསྟན། ཡན་ལག་སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་  
 མཐོང་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་གང་ཞིན་མཐུན་སྟེན་.....  
 ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་རྒྱ་  
 འདྲོད་པ་ཆུང་བ་དང་། ཆོག་ཤེས་པ་དང་། བྱ་བ་མང་པོ་ཡོངས་སུ་སྤངས་  
 པ་དང་། རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། མི་  
 མཐུན་སྟེན་དང་བྲལ་བའི་ཡན་ལག་འདྲོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་.....  
 རྟོག་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པའོ། །གཉིས་པ་ཡན་ལག་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ།  
 ཡན་ལག་ལྔ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྔ་དང་ལྔ་ན་པ་ནི་ཞི་གནས་སྒྲིལ་བ་.....







དང་མཐུན་པའི་ཡུལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྡན་ཅི།  
 མཐུན་པའི་རྒྱུན་གོས་དང་ཟས་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་མེད་པར་རྟེན་པའི་ཕྱིར།  
 མཐུན་རྒྱུན་རྟེན་སྒྲ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། སྐྱེ་བོ་མི་སྦྲུང་པ་དག་དང་མི་མ་  
 ཡིན་ལ་སོགས་པ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། གནས་བབ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་།  
 རྟན་ལ་སོགས་པ་མི་འཇུག་པའི་ས་ཡིན་པས་ས་བབ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་།  
 གོགས་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། ལྷ་བ་བབ་བོ་  
 ཅན་ཏུ་མཚུངས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས་གོགས་བབ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་  
 ལྡན་ལ། ཉིན་མོ་སྐྱེ་བོ་མང་བོ་དག་གིས་མ་གང་བའི་ཕྱིར་དང་། མཚན་མོ་  
 དག་ཚུང་བའི་ཕྱིར། མཐུན་པའི་རྒྱུན་ལེགས་པར་ལྡན་པའོ། །འདྲིད་པ་  
 ཚུང་བ་གང་ཞེ་ན། ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་དང་། ལྷག་པའི་  
 ཡོ་བྱད་དང་། ཟས་ལ་སོགས་པ་བབ་བོ་འཕམ་མང་བོ་སྤར་ཡོད་པ་ལ་མ་  
 ཆགས་ཤིང་ཕྱི་མ་དོན་ཏུ་གཉེར་བ་མེད་པས་ལྷག་པར་ཆགས་པ་མེད་པའོ། །  
 ཆོག་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན། ཆོས་གོས་དང་གནས་མལ་ལ་སོགས་པ་ངན་དོན་  
 ཅམ་རྟེན་པས་ཉུག་ཏུ་ཆོག་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །བཤེས་སྤྱིངས་ལས།  
 རོར་རྣམས་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་ཆོག་ཤེས་མཚོག་ །ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །བྱ་བ་མང་  
 བོ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་གང་ཞེ་ན། ཉོ་ཚང་དང་། ཞིང་ལས་ལ་སོགས་པ་ལས་  
 ངན་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དང་། བྱིམ་པ་དང་གཞན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་མང་  
 བོ་དག་དང་ཉ་ཅང་སྦྲོན་འདྲིས་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དང་། སྦྲན་  
 བྱེད་པ་དང་། སྐར་མ་རྩི་བ་ལ་སོགས་པ་སྦྲོས་པ་མང་བོ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་  
 གང་ཡིན་པའོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཞེ་ན། སོ་ཐར་དང་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བཅས་པ་ལ་མ་སྦྱོས་པར་སྦྱུད་པ་ཅམ་མ་





གྱིས་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་རང་བཞིན་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བསྐྱབ་  
 པ་བཅས་པའི་དབང་ལས་སྤྱད་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་བཅས་པའི་ཁན་མ་...  
 ཐོ་བ་དང་བཅས་པའི་སྟོན་ནས་བསྐྱབ་པའི་གཞི་མི་འདུལ་བ་དང་། བསྐྱབ་  
 པའི་ཡན་ལག་ལ་བག་མེད་པས་འདས་ན་ཡང་སྟེན་པ་སྟེན་པར་འགྱུར་.....  
 པས་ཆོས་བཞིན་དུ་སྤྱར་འཆོས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལ་  
 ཡང་པམ་པ་འཆབ་བཅས་བཅོས་སུ་མི་རུང་བ་གསུངས་པ་དེ་ལ་ཡང་.....  
 སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་པ་སྤར་བྱས་པ་ལ་འགྱུར་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། བྱིས་  
 མི་བྱེད་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པ་དང་། བྱིས་མི་བྱ་བའི་སྟོན་སེམས་དང་  
 ལྡན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། སེམས་གང་གིས་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་པའི་  
 སེམས་དེ་ལ་ཡང་གཉེན་པོ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པའི་བྱིར་རམ། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གོམས་པར་བྱས་པའི་བྱིར། ལས་ཀྱང་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པས་གང་ཟག་དེའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཁོ་...  
 ན་ཡིན་པར་བརྟུན་པར་བྱའོ། །ལས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པས་མི་  
 དགེ་བའི་ལས་དག་པ་དེ་ནི་འཕགས་པ་མ་སྟེས་དགའི་འགྱུར་པ་བསལ་བ་...  
 ལས་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱའོ། །པམ་པ་འཆབ་བཅས་བྱུང་བ་དེས་ཀྱང་བྱིར་  
 སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་པ་དང་། བྱུང་པར་དུ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་  
 རྟོགས་པ་དེ་བས་ན་གང་ཟག་དེས་ཀྱང་འགྱུར་པ་བྱས་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་.....  
 སྟོན་པ་ལ་མངོན་པར་བརྟུན་པར་བྱའོ། །འདོད་པའི་ཡན་ཏན་རྣམས་ལ་  
 ཡང་མངོན་པར་ཞེན་པ་ནི་ཤིང་གིས་པའི་འབྲས་བུ་ཟ་བ་བཞིན་དུ་ཟོས་.....  
 པས་ཟ་བའི་དུས་སུ་ཞིམ་ཡང་བྱིས་ནད་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཆེ་འདི་ལ་.....  
 གནོད་པ་དང་ཆེ་བྱི་མ་ལ་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་རྣམ་





བ་མང་པོར་འགྱུར་བར་ཡིད་ལ་བྱས་ལ། འདྲོད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ལ་  
 མངོན་པར་ཞེན་པའི་རྟོག་པ་ཡང་སྤང་བར་བྱའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་ཡང་། རྣམ་པ་གཅིག་རྒྱ་ན་འཁོར་བའི་དངོས་པོ་རྟེན་པ་དང་མོར་ལ་  
 སོགས་པ་སྤྱག་པའམ། དག་ལ་སོགས་པ་མི་སྤྱག་པ་ཡང་བྱང་སྟེ། སྤྱག་མི་  
 སྤྱག་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤང་ཅིག་གིས་རྣམ་པར་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་རྒྱུ་  
 གྱིས་མི་བརྟན་པ་སྟེ། བདག་ཉིད་རིང་པོ་མི་སོགས་པར་འབྲལ་བར་འགྱུར་  
 བ། བདག་དག་གཉེན་དེ་དག་ལ་སྤྱག་པར་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་ལ་སོགས་  
 པར་འགྱུར་བ་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ་དུ་བསྐྱེད་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱའོ། །ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །  
 གཉིས་པ་སྤྱག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་  
 དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་གང་ཞེ་ན།  
 སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་གསུང་རབ་  
 མང་དུ་སྤོས་པ་ཡོངས་སུ་བཅལ་བ་དང་། སྤོས་པའི་དོན་རིགས་པས་རྒྱུ་  
 བཞིན་དུ་སེམས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། གསུམ་པོ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་པ་དེ་  
 ལ་བཞིན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གང་གསུང་རབ་མང་  
 དུ་སྤོས་པ་དང་། ཆོས་སྟོན་པའི་ཆོག་གསལ་བ་དང་། ཀྱང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཇི་དང་  
 ལུན་པ་དང་། གཞན་དོན་ལ་སྦྱོར་བ་བཟོད་པའོ། །མདོ་སྟེ་རྒྱུ་ལས། །བཤེས་  
 གཉེན་ཞི་བ་དུལ་བ་ཉེར་ཞི་བ། །ཡོན་ཏན་སྤྱག་པར་བརྟེན་བཅས་ལྷུང་  
 གིས་སྤྱག་ །དེ་ཉིད་རབ་དུ་རྟོགས་པ་སྤྱོད་མཁས་ལུན། །བརྟེན་བའི་བདག་ཉིད་  
 སྦྱོར་བ་སྤངས་ལ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རྒྱ་ཆོགས་གསུམ་  
 གསུངས་པ་དེ་ལ། གསུང་རབ་མང་དུ་སྤོས་པ་བཅལ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གང་





བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་མདོའི་སྡེ་དང་དབྱངས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྡེ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་ལྷང་དང་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པས་གཞན་དུ་དཀྱི་བར་མི་རྒྱས་པའི་ངེས་པའི་དོན་དང་། ཡང་དག་པའི་  
 དོན་ལ་དཀྱི་བའི་ཐབས་སུ་བསྟན་པ་དྲང་བའི་དོན་ཤེས་པ་ལ་གྱས་པར་.....  
 བྱས་ལ་ཤིན་དུ་སྟེ་མ་ནོར་བར་མཉན་པར་བྱ་སྟེ། མཉན་པའི་ཕན་ཡོན་  
 འདི་ལྟར་འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་ལས་བཀའ་སྤྱལ་རྟོ། །  
 རི་ལྟར་ཞེ་ན། འཕགས་པའི་གཏམ་སྟེ་གསུང་རབ་དང་། དེ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་  
 མཐུན་བསྟན་བཅོས་འདོད་པ་བཞིན་མཉན་པ་དང་ཐོས་པ་མ་ཐོབ་པ་ནི་....  
 ལྷག་མཐོང་གི་གཤམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །འདིས་ཤུགས་ལ་ཕན་ཡོན་བསྟན་རྟོ། །  
 ཡང་གསུང་རབ་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། དེའི་དོན་བསམས་པའི་བསམ་བྱུང་  
 གི་ཤེས་རབ་ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་ཡིན་པ་ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ལྷག་.....  
 མཐོང་ནི་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྟ་བ་ནམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་  
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པ་སྟེད་མེད་ཀྱི་  
 བྱས་ཞུས་པ་ལས་ཀྱང་ཐོས་པ་དང་ལྷན་པས་ནི་ཤེས་རབ་འབྱུང་བར་.....  
 འགྱུར་རོ། །ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་བརྒྱུད་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞི་བའི་རྒྱར་  
 འགྱུར་བ་ཡང་རི་སྐད་དུ། ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རབ་དུ་  
 ཞི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཀའ་སྤྱལ་རྟོ། །གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཚུལ་བཞིན་  
 བསམ་པ་གང་ཞེ་ན། གང་མདོ་སྡེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གང་ལས་  
 སེམས་ཅན་གང་ཟག་སྟེས་སུ་བསྟན། ཆོས་དེ་ཐམས་ཅད་དྲང་བའི་དོན་དུ་  
 ཤེས། ལྟོང་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པས་བསྟན་པ་ལྟར། ངེས་དོན་མདོ་སྡེ་  
 དག་གི་བྱེ་བྲག་ཤེས། ཞེས་གསུང་པ་ལྟར་ངེས་པའི་དོན་དང་དྲང་བའི་





དོན་གྱི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་སོགས་པ་རིགས་པས་ལེགས་པར་གྲན་ལ་འབེབས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་དག་པའི་དོན་རིགས་པས་གྲན་ལ་པལ་པའི་དོན་ལ་སྒྲེལ་མེད་ལ་ཡང་དག་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་བསྒྲུབ་བྱ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཐོག་མར་སྒྲུབ་པའི་དོན་སྒྲུབ་པས་མ་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་བསྒྲུབ་བྱའི་དོན་ལ་སྒྲེལ་བ་ལས་སྒྲེལ་མེད་པར་འགྱུར་མོ་ཉུག་པའི་ཐག་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་པ་ནི་ལམ་ཁ་གཉིས་ཀྱི་མདོར་བྱིན་པའི་མི་ལྟར་ཡང་དོགས་པ་མ་ཆོད་པས་གང་ཏུ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གསུམ་པ་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ཆོགས་བསྟན་པ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཀ་བསྒྲུབ་པའི་རྣམ་འབྱུང་པས་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་ཏུ་གཞན་ལ་འཆེ་བའི་རྒྱ་ཉ་ཤ་དང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཤ་ལ་སོགས་པ་སྤང་ཞིང་། བད་ཀན་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་དང་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཟས་མང་ཉུང་ཆོད་ཟིན་པར་བཟའ་བར་བྱའོ། །ཤོད་ཏུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཆོགས་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་མཐའ་དག་བསགས་པས་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་བསྒྲུབ་པར་བྱའོ། །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

**སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པ་བསྟན་པ།**

གཉིས་པ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྒྱུར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། རྒྱུ་བྱེད་བྱའོ། །

**སྒྱུར་བའི་རིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ།**

དང་པོ་ལ་ཡང་རྒྱུ་བྱེད་བྱ་བ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་



ཆོགས་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་  
 མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་མཐའ་དག་བསགས་པས་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་དེ་  
 སྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་རྣལ་  
 འབྱོར་པས་སྒྲིམ་པའི་དུས་ན་མཉམ་བཞག་སྟུན་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་.....  
 དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཐོག་མར་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པར་བྱས་ལ་གཤམ་གཅི་སྟགས་བྱས་ནས་གནས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དགའི་ཆོར་མ་  
 མེད་པ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ས་སྟོགས་སུ་གནས་ཏེ། བསམ་པའི་ཁྱད་པར་  
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟིང་པོ་ལ་དགོང་པར་བྱའོ་  
 ལྷན་དུ་བསམ་ཞིང་། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ལས་མངོན་  
 པར་འདོན་པའི་བསམ་པ་ཅན་གྱི་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོ་མངོན་དུ་བྱས་ལ། ཆོགས་  
 ཀྱི་ཁྱད་པར་སྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཐམས་ཅད་མདུན་དུ་སྟུན་བྱངས་ལ། ཡན་ལག་ལྔ་དང་བྱེན་པ་ནས་  
 འཁྱུད་པའི་སྟུག་གཉིས་ལས། འདིར་ཡན་ལག་ལྔའི་སྟུག་བྱས་ནས་སངས་  
 རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་རི་མོ་དང་གསེར་སྐྱ་ལ་.....  
 སྟགས་པ་མདུན་དུ་བཞག་གམ། གཞན་ཡང་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་  
 དག་དུ་ཡང་བྱང་སྟེ། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་དེ་དག་ལ་ཅི་རུས་ཀྱིས་རྩས་  
 ཀྱི་མཆོད་པ་ལ་སྟགས་པ་དང་། ལུས་དག་གི་བསྟོད་པ་སྟགས་ཆོགས་རྫོགས་  
 པའི་ཡན་ལག་དུ་མ་བྱས་ལ་ཉིང་ཅེ་འཛིན་སྐྱེ་བའི་ཤེགས་བསལ་བའི་དོན་...  
 དུ་རང་གི་སྤིག་པ་བཤགས་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་བསོད་ནམས་ལ་.....  
 རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱས་ལ། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བར་བསྐལ་བ་དང་།  
 བསྐྱར་སྟགས་བྱས་ནས་སྟོད་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་སྟུན་ཤིན་དུ་འཇམ་པོ་བདེ་...



བ་ལ་ཐེ་བཅུན་ནམ་པར་སྒང་མཛད་ཀྱི་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་ལྟ་བུ་འཕམ། སྦྱིལ་མ་ལྟ་  
བུ་སྦྱིལ་ཀྱང་ཐུང་དུ་ཡང་རུང་སྟེ་གནས་པར་བྱའོ། །ནམ་པར་མི་གཡང་  
བའི་དོན་དུ་མིག་ཏུ་ཅང་མི་དབྱེ་སེམས་བྱིང་བར་མི་འགྱུར་བའི་དོན་དུ་ཏེ་  
ཅང་བུམ་པར་ཡང་མི་བྱ་བར་སྒྲིའི་ཆེ་མོར་བཏང་ཅིང་། ལུས་ཀྱི་ཆ་དྲང་  
ཞིང་རྒྱང་ཐད་ཀར་རྒྱ་བའི་དོན་དུ་ལུས་ཏུ་ཅང་ཡང་མི་སྟུ། ཏུ་ཅང་ཡང་མི་  
དབྱེ་བར་སྒྲུལ་ཆོགས་དོང་ཅེ་ཅེགས་པ་ལྟར་དྲང་པོར་སྒྲང་ལ་ཡིད་ཀྱི་དྲན་  
པ་སྦྱེ་རོལ་དུ་ཏུ་ཅང་མི་འཕྲོ་བར་ནང་དུ་བཞག་སྟེ་འདུག་པར་བྱའོ། །ནང་  
དུ་བཞག་པའི་ཐེས་དེ་ནས་སྤྲུག་པ་མཐོ་དམན་མེད་པར་མཉམ་པར་བཞག་  
ལ་མགོ་འཕང་མི་མཐོ་མི་དམའ་ཞིང་གཡས་གཡོན་ཀྱི་སྦྱོགས་སུ་མ་ཡོ་བར་  
བཞག་སྟེ་ནས་སྟེ་བའི་བར་དྲང་པོར་བཞག་གོ། །ཁ་ཆུ་མི་འབྱེལ་བའི་དོན་  
དུ་སོ་དང་མཆུ་ཡང་ཐད་ཀར་བཞག་གོ། །སྟེ་ཡང་སོའི་དྲང་དུ་གཞན་རོ། །ཆ་  
ལོག་གི་ནང་དུ་རྒྱང་ལོག་མི་རྒྱ་བའི་དོན་དུ་དཔུགས་སྟེ་ནང་དུ་རྒྱ་བ་ཡང་  
སྦྱ་ཅན་དང་། རམ་པ་དང་། དཔུགས་སྟོང་པ་ཅན་དུ་མི་བཏང་གི་ཅིན་ས་  
ཀྱང་རྒྱ་བ་སྟོང་པ་ཅན་དུ་མི་ཆོར་བར་དལ་བུ་དལ་བུས་རང་གི་ངང་གི་  
རྒྱན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་དཔུགས་ནང་དུ་རྒྱུ་བ་དང་ཕྱིར་དབྱང་བར་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །སྦྱར་བ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

### དངོས་གཞིའི་རིམ་པ་ལ་འབྱུགས་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གསུམ་སྟེ། ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན། སྦྱབ་  
ཚུལ་གྱི་རིམ་པ། དོན་བསྟན་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྦྱར་བསྟན་པ་དང་།  
སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཡོད་པ་  
དེ་ལ་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་ཞི་གནས་སྦྱབ་པར་བྱ་སྟེ། བསྦྱབ་བྱའི་ཞི་གནས་ཀྱི་





རང་བཞིན་ནི་གང་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལས་སྤྱོད་ལ་གྱི་.....  
 ཡུལ་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་རབ་ཏུ་ཞི་གནས་ནང་ཏུ་ཞི་གནས་  
 གྱི་དམིགས་པ་ལ་རྒྱུན་ཏུ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་ལ། དགའ་བ་དང་ལུས་  
 ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཉིད་ལ་མི་གཡོ་བར་གནས་པ་ནི་ཞི་  
 གནས་ཞེས་བྱའོ། །ལྷག་མཐོང་གི་རང་བཞིན་ནི་ཞི་གནས་དེ་ཉིད་དམིགས་  
 པ་ལ་དམིགས་བཞིན་པའི་ཆེན་དམིགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཤེས་རབ་.....  
 གྱིས་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་དེ་ནི་ལྷག་མཐོང་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་  
 དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་དེ་སྐད་དུ། ཞི་གནས་ནི་སེམས་ཚེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ།  
 ལྷག་མཐོང་ནི་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 ཇི་ལྟར་ན་ཞེས་པ་ནས་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྷག་མཐོང་ལ་.....  
 མཁས་པ་ཡིན་ན་ཞེས་པའི་བར་ཏུ་གསུངས་སོ། །ལྷང་གི་དོན་བཤད་པ་ནི།  
 ཇི་ལྟར་ན་ཞི་གནས་ཡོངས་སུ་ཆོལ་བར་བཀྱིད་པ་དང་ལྷག་མཐོང་ལ་.....  
 མཁས་པ་ལགས་ཞེས་པ་ནི་དྲི་བ་བཀོད་པའོ། །ལན་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་  
 བཀའ་སྤྱུལ་པ། དུམས་པ་ངས་ཆོས་གདགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་འདི་ལྟ་  
 གྱི། བཏོ་སྤེ་ནི་ཆོག་དང་དོན་ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་ལྷག་པར་གསུངས་པའོ། །  
 དབྱངས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྤེ་ནི། བཏོ་སྤེ་དེ་ཉིད་ལ་དབྱུས་དང་མཐའ་མར་  
 ཆོགས་བཅད་ཀྱི་སྟོན་པ་བསྟན་པའོ། །ལྷང་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤེ་ནི། ཉན་ཐོས་  
 དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སོགས་པ་ལྷང་བསྟན་པའོ། །ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པའི་སྤེ་ནི། ཆོགས་བཅད་ཏུ་བསྐྱེབས་ནས་གསུངས་པའོ། །ཆེད་ཏུ་  
 བརྗོད་པའི་སྤེ་ནི། ཞུ་བ་པོ་ལ་མ་ལྟོས་པར་བསྟན་པ་གནས་པའི་ཆེད་ཏུ་







གསུངས་པའོ། སྤྱིང་གཞིའི་ལྗེ་ནི། གཞི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་  
 བཅས་པར་སྟོན་པའོ། རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ལྗེ་ནི། རྟོན་གྲ་བར་བྱ་བའི་  
 རྱིང་དཔེ་དང་བཅས་ནས་བསྟན་པའོ། རྟེ་ལྷ་བྱ་བྱང་བའི་ལྗེ་ནི། སྟོན་བྱང་  
 བའི་གཏམ་བརྗོད་པའོ། སྟྱེས་པ་རབས་ཀྱི་ལྗེ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་  
 སྟོན་ཀྱི་སྟྱེས་རབས་སྟོན་པའོ། བྱིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་ལྗེ་ནི། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་རྟོན་སྟོན་པའི་ལྗེ་སྟོན་དོ། ཁྲན་ཏུ་བྱང་བའི་ལྗེ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་མཚར་བའི་ཡོན་ཏན་.....  
 རྣམས་བརྗོད་པའོ། གཏན་ལ་དབབ་པའི་ལྗེ་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་སྤྱིའི་  
 མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། རྟེ་ལ་མདོ་ལྗེ་དང་དབྱངས་ཀྱི་བསྟན་པ་  
 དང་ལྷང་བསྟན་དང་ཆོགས་བཅད་དང་ཆེད་ཏུ་བརྗོད་པ་སྟེ་ལྷ་ནི་ཉན་.....  
 ཐོས་ཀྱི་མདོ་ལྗེ་དོ། སྤྱིང་གཞི་དང་རྟོགས་བརྗོད་དང་དེ་ལྷ་བྱ་བྱང་བ་དང་  
 སྟྱེས་རབས་ཏེ་བཞི་ནི་འདུལ་བའི་ལྗེ་སྟོན་དོ། བྱིན་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་ཁྲན་ཏུ་  
 བྱང་བའི་ལྗེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མདོ་ལྗེ་དེའི་ལྗེ་སྟོན་དོ། གཏན་ལ་  
 དབབ་པའི་ལྗེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀའི་མདོར་པའི་ལྗེ་སྟོན་དོ། །  
 མདོར་པ་ཀུན་ལས་བཏུས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ལོ། གང་དག་གསུང་རབ་ཡན་  
 ལག་བཅུ་གཉིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གསུངས་པ་དེ་དག་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའས་ཐོག་མར་ལེགས་པར་ཐོས་པ་དང་། དེ་ནས་ཆོག་ལེགས་  
 པར་བབྱང་བ་དང་། ལ་ཏོན་ཀྱི་སྟོན་ནས་བྱང་བར་བྱས་པ་དང་། ཆོག་དོན་  
 བསམ་བྱུང་གི་ཡིད་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྟགས་པ་དང་། སྒྲིམ་བྱུང་གིས་  
 མཐོང་བས་བྱིན་ཏུ་ངེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་ཞུས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ་ཞི་གནས་ཆོལ་བ་དང་། ལྷག་





མཐོང་ལ་མཁའས་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་གཅིག་ཤུ་དབེན་པར་  
 འདུག་སྟེ་ནང་དུ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ཡང་དག་པར་བཞག་ནས་སྦྱར་བའི་.....  
 ཏུས་སུ་ངེ་ལྟར་ལེགས་པར་བསམས་པའི་དོན་དེ་དག་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་.....  
 ཅིང་། སེམས་གང་གིས་དམིགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ནང་དུ་རྒྱན་  
 ཆགས་སུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཆེ་གཅིག་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པས་ཞུགས་ཤིང་དམིགས་པ་དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་ལན་མང་དུ་གནས་པ་.....  
 དེ་ལ་ལུས་ཤིན་དུ་སྦྱངས་པ་ཐོབ་པ་དང་། སེམས་ཤིན་དུ་སྦྱངས་པ་འབྱུང་  
 བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞི་གནས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་ཞི་གནས་ཡོངས་སུ་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་  
 ལ་མཁའས་པ་ནི། ཞི་གནས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ལུས་ཤིན་དུ་  
 སྦྱངས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཐུས་ཆའི་ནང་དུ་རྒྱུད་གི་རིག་བྱ་བྱུང་པར་.....  
 ཅན་རྒྱས་པས་ལུས་སེམས་པར་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཤིན་དུ་སྦྱངས་པ་སེམས་  
 ཤིན་དུ་ཏུལ་བ་དེ་ཐོབ་ནས་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ཏེ།  
 སེམས་ཀྱི་དགའ་བདེ་ལ་ཆགས་པའི་རྣམ་པ་སྦྱངས་ནས་སྦྱར་བའི་ཏུས་སུ་.....  
 ཐོས་པས་བཟུང་ཞིང་བསམ་བྱུང་གི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེ་ལྟར་བསམ་  
 པའི་ཆོས་དེ་ཉིད་ལ་ནང་དུ་གནས་བཞིན་པའི་སྦྱོད་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་.....  
 སྦྱོད་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་སོ་སོ་བ་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བ་བཞིན་དུ་.....  
 སྤང་བཞིན་པའི་ཏུས་ན་གདོད་མ་ནས་སྤྲོད་ཚུལ་ལམ་གནས་ཚུལ་ལམ་.....  
 འདུག་ཚུལ་ལ་མེད་པར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད་ལ། སྤང་ཚུལ་  
 ལ་དམིགས་ནས་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པར་མོས་པར་བྱེད་དོ། །སྤང་ཚུལ་ལ་  
 ཡོད་ཀྱང་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པ་དང་། གནས་ཚུལ་ལ་མེད་ཀྱང་སྤང་ཚུལ་





ལ་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་པོ་ཡ་བྲལ་དུ་མི་སྲིད་པར་འཇུག་པ་འདི་ནི་  
གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་དོ། །ཆོས་  
ཅན་དང་ཡ་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་མེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡང་འདི་ཡིན་ཞིང་།  
སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ཡང་འདི་ཉིད་དོ། །དེ་ཡང་རིགས་པས་  
བརྟགས་ནས་སྤང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་བཤེག་པའི་ཚུལ་དུ་བྱས་ནས་མ་  
རྟེན་པ་མ་ཡིན་གྱི། གནས་ཚུལ་ལ་གདོད་མ་ནས་ཡོད་པའི་དོན་རིགས་པས་  
བརྟགས་ནས་རྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཁྱ་ཟླ་བཞིན་དུ་སྤང་བཞིན་པའི་དུས་ན་  
གདོད་མ་ནས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱང་  
ཡང་རུང་། མ་བྱང་ཡང་རུང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འདི་ནི་གནས་པ་  
ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཉིང་འཛིན་གྱི་སྦྱོང་ལུལ་གྱི་  
གཟུགས་བརྟན་སྤང་བ་དེ་དག་ལ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་ཏེ། སྤྱི་རིམ་མ་  
འདྲེས་པར་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། རབ་དུ་རྣམ་པར་བྱེ་བའི་བྱད་པར་  
གྱི་ཆོས་རབ་དུ་འབྱེད་པ་དང་། དེའི་གནས་ཚུལ་ལ་དང་པོར་ཡོངས་སུ་  
རྟོག་པ་དང་། དེ་ནས་སྤང་ལས་ཀྱང་ཞིབ་མོར་ཡོངས་སུ་དཔྱད་པ་དང་། དེ་  
ནས་ཤིན་དུ་ངེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོད་པ་སྟེ། ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དང་། དེ་ནས་  
དེ་ལས་ཀྱང་ཞིབ་དུ་རྣམ་པར་དཔྱད་པར་འདོད་པ་དང་། ཇི་ལྟར་རང་  
བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་བྱེ་བྲག་འབྱེད་པ་དང་། དེའི་དོན་ལ་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་ལྟ་བ་དང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་ལ་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ནི་སློ་གཞན་ལས་ལུལ་རྟོགས་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལྷག་པས་ན་ལྷག་མཐོང་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལྷག་མཐོང་ལ་  
མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་རང་བཞིན་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །





གཉིས་པ་ཞི་ལྷག་སྤྱབ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཞི་གནས་སྤྱབ་ཚུལ་  
 དང་། ལྷག་མཐོང་སྤྱབ་ཚུལ་དང་། ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྤྱབ་ཚུལ་ལོ། །  
 དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཞི་གནས་རི་ལྷ་རྩལ་པའི་ཚུལ། ཞི་གནས་གྲུབ་པའི་  
 རྣམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དམིགས་པ་གང་ལ་སེམས་བཞག་པ་དང་།  
 དམིགས་པ་ལ་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཟུས་  
 པར་བསྟན་པ་དང་། རྟོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཆོས་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་ཏེ་སེམས་བཞག་པ་དང་། ཆོས་ཅན་ལ་དམིགས་ཏེ་སེམས་བཞག་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་རྣམ་  
 འབྱུང་པ་ཞི་གནས་མངོན་པར་སྤྱབ་པར་འདོད་པས་ཐོག་མར་རེ་ཞིག་མདོ་  
 ཟླ་དང་དབྱངས་གྱི་བསྟན་པའི་ཟླ་ལ་སོགས་པ་རི་སྐད་བརྗོད་པའི་གསུང་.....  
 རབ་མཐའ་དག་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དངོས་སུ་སེམས་གཞིལ་བར་བྱེད་པ་.....  
 མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཡང་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འབབ་པ། རིགས་པས་མཐར་  
 ཐུག་གི་དོན་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་བབ་པའོ་ཞེས་མཐར་ཐུག་གི་བརྗོད་བྱ་.....  
 ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་བསྟུས་ཏེ་དེ་ལ་སེམས་ཉེ་བར་བཞག་པར་.....  
 བྱའོ། །ཡང་ན་རྗོད་བྱེད་བསྟུས་པ་བྱས་ནས་འདི་ལ་སེམས་དུག་གི་སྒྲིམ་  
 ཚུལ་ཡོད་དེ། སྒྲིམ་ནི། ཚ་བ་དང་ནི་རྗེས་སུ་དཔྱད། །རྣམ་པར་དཔྱད་དང་  
 རེས་པར་འཛིན། །སྒྲིམ་པའི་སེམས་དང་སྒྲོན་པའི་སེམས། །སེམས་རྣམས་  
 རྣམ་པ་དུག་དུ་འདོད། །ཚ་བའི་སེམས་གང་ཞེ་ན། མདོ་ཟླ་འདིའི་མིང་ནི་  
 འདི་ཡིན་ནོ་ཞེས་མདོ་ཟླའི་མིང་ལ་སེམས་འཛོག་གོ། །རྗེས་སུ་དཔྱད་པའི་  
 སེམས་གང་ཞེ་ན། མདོ་ཟླ་དེའི་རབ་དུ་བྱེད་པ་དང་། ལེའུ་དང་། ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་རི་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་སེམས་འཛོག་གོ། །རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་





སེམས་གང་ཞེན། རྟོན་དང་ཡི་གེ་ལ་དབྱེད་པ་སྟེ། རྟོན་ལ་ནི་བགྲང་བ་དང་  
 འཇལ་བ་དང་རྟོག་པ་དང་སོ་སོར་རྟོག་པའོ། །དེ་ལ་བགྲང་བ་ནི། གཞུགས་  
 དང་ཕུང་པོ་ལྟ་དང་དོན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བརྗོད་བྱའི་དོན་གྱི་གངས་སྒོས་  
 འཛིན་པའོ། །འཇལ་བ་ནི། གངས་དང་ལྷན་པའི་ཚས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་འཛིན་  
 པའོ། །རྟོག་པ་གང་ཞེན། རབ་དབྱེ་དེ་དག་གི་དོན་ལ་ཚད་མས་རྟོག་པའོ། །  
 སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི། བགྲང་བ་དང་འཇལ་བ་དང་ཚད་མས་བརྟགས་པའི་  
 དོན་དེ་དག་ལ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་ཞེས་ཞིབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའོ། །ཡི་  
 གེ་ལ་དབྱེད་པ་ནི་མིང་ཚིག་ཡི་གེའི་ཚགས་ལ་རྟོག་པའོ། །དེས་པར་འཛིན་  
 པའི་སེམས་གང་ཞེན། སེམས་སྣ་མ་དེ་དག་གིས་དབྱེད་པའི་དོན་དེ་དག་  
 གི་རྒྱ་མཚན་འཛིན་པའོ། །སྒྲུབ་པའི་སེམས་གང་ཞེན། གསུང་རབ་དེ་དག་  
 གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཚན་བསྒྲམས་ནས་འཛིན་པར་བྱེད་པའོ། །སྒྲོན་པའི་  
 སེམས་གང་ཞེན། གསུང་རབ་དེ་དག་གི་དོན་རྟོགས་པར་འདུན་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ཚས་ཅན་ལ་སེམས་བཞག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕུང་པོ་སོགས་ལ་  
 སེམས་བཞག་པ་དང་། གཞུགས་སྐྱེ་ལ་སེམས་བཞག་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
 དམིགས་པ་གང་ལ་སེམས་གཏད་པའི་ཚུལ་ལ། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན།  
 གསུང་རབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་རྣམ་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཚས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པར་  
 འཇུག་བ་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་སེམས་.....  
 མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས། སྐབ་པའི་  
 དམིགས་པ་བཅུ་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་གཞུགས་སྐྱེ་ལ་  
 དམིགས་པ་ནི། དམིགས་པའི་རྣམ་གངས་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་མིག་གིས་དེ་  
 ལྟར་མཐོང་བའི་སྐྱེ་གཞུགས་དང་། སྒྲུབ་པའི་བཞེན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་





གཟུགས་ནི་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་ངག་རྒྱ་སྤྲུལ་པ་ཇི་ལྟར་ཐོས་པའི་.....  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱོད་གཟུགས་ལ་སེམས་བཞག་པར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པ་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས་ཇི་སྐད་དུ། གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་ལུས་ཀྱིས། །  
 འཛིན་ཉེན་མགོན་པོ་ཀུན་རྒྱུ་མཛེས་པ་སྟེ། །དམིགས་པ་དེ་ལ་གང་གིས་  
 སེམས་འཇུག་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་མཉམ་བཞག་ཅེས་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་དམིགས་པ་གསུམ་  
 བཤད་པ་གང་ལ་འདོད་པའི་དམིགས་པ་དེ་ལ་སེམས་བཞག་ནས་དམིགས་  
 པ་དེ་ཉིད་ལ་བྱེད་ཞིང་རྒྱན་དུ་སེམས་བཞག་པར་བྱ་བའོ། །གཉིས་པ་དམིགས་  
 པ་ལ་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་ལ་བཞི་སྟེ། བྱང་ཆོད་ཀྱི་མཚན་མ་བརྟགས་  
 པ་དང་། བྱང་བའི་གཉེན་པོ་ཡིད་ལ་བྱ་བ་དང་། ཆོད་པའི་གཉེན་པོ་ཡིད་  
 ལ་བྱ་བ་དང་། མཉམ་ན་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དམིགས་པ་  
 དེ་ལ་སེམས་ཉེ་བར་བཞག་ནས་སྤར་ནས་ཤེས་བཞིན་གྱི་གོ་ཆ་ཕྱ་མོ་གྱུན་.....  
 པས་སེམས་ལ་འདི་ལྟར་དཔྱད་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་དམིགས་པ་ཤིན་རྒྱ་གསལ་  
 བར་ལེགས་པར་འཛིན་ནམ། འོན་ཏེ་བྱིང་ངམ་ཞེས་བྱིང་བ་ལ་རྟོག་པ་དང་།  
 འོན་ཏེ་སེམས་དམིགས་པ་ལ་མི་གནས་པར་བྱེ་རོལ་གྱི་ཡུལ་གཞན་ལ་.....  
 སེམས་མ་དུལ་བར་རྣམ་པར་འཕྱར་བས་སེམས་རྣམ་པར་གཡེངས་སམ་.....  
 སྟམ་དུ་ཆོད་པ་ལ་བརྟག་པར་བྱ་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆོད་གཉིས་ཡིད་པ་  
 དེ་ལ་གལ་ཉེ་སེམས་བྱང་ཆུགས་པ་དང་། གཉིད་ཀྱི་འོན་ནས་སེམས་བྱིང་  
 ངམ་བྱིང་དུ་དོགས་པ་མཐོང་ན་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་མི་གསལ་བའམ་....  
 མི་གསལ་བར་འགྱུར་བས་དེའི་ཆོ་གཞན་ལས་མཚོག་དུ་དགའ་བའི་དངོས་  
 པོ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱོད་གཟུགས་སམ། གསུང་ཡིག་འབྲུ་ལ་སོགས་པ་ལ་





དམིགས་པ་འཕམ། ཡུལ་ཤིན་རྒྱ་གསལ་བའི་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་བྱིང་བ་མ་  
 ཞེེ་བར་རྒྱ་ཡིད་ལ་བྱའོ། བྱིང་བའི་གཉེན་པོ་ཡིད་ལ་བྱས་པ་དེ་ནས་བྱིང་  
 བ་ཞི་བར་བྱས་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་སེམས་ཀྱིས་ཤིན་རྒྱ་  
 གསལ་བར་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་མི་གསལ་  
 བ་བྱིང་བར་གྱུར་པ་ཡང་སྦྱོན་ཡིན་ན་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ཙམ་ལ་ཞི་  
 གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཙམ་ཡང་མེད་ན་ལྷག་མཐོང་ལྷ་ག་ལ་ཞིག། གཤམ་ཏེ་  
 བྱིང་བ་སེལ་བའི་ཐབས་དེ་ཙམ་རྒྱ་ཟད་དམ་ཞེ་ན། གཞན་ཡང་ཡོད་དེ།  
 རྟེན་བསྐྱར་བ་དང་། ཟྱེེ་ཡུལ་གང་གསལ་བ་བསྟན་པ་དང་། རྗེས་སུ་དྲན་  
 པ་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇུག་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལྷ་སྤངས་སྤྱོད་ཅིང་  
 ལུས་གནད་འཆོས་པའོ། གཉེས་པ་ནི། ཟྱེེ་ཡུལ་གང་གསལ་བའི་རྣམ་པ་  
 ཡིད་ལ་བྱ་བའོ། གསུམ་པ་རྗེས་སུ་དྲན་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། དྲན་པ་ཡིད་ལ་  
 གནས་པར་བྱ་སྟེ་ཡུལ་དྲན་པས་གསལ་བའི་གྲོགས་བྱེད། གདམས་ངག་  
 དྲན་པས་གཉེན་པོ་སྟེ་བའི་གྲོགས་བྱེད། རྣམ་པ་རྗེས་སུ་དྲན་པས་མི་མཐུན་  
 རྒྱགས་སེལ་བའི་གྲོགས་བྱེད་དོ། །འཇུག་པ་བསྟན་པ་ནི། འཕྲོ་བ་རྣམ་པ་  
 གསུམ་བྱ་སྟེ། ལུས་འཕྲོ་བ་ཡན་ལག་གི་འདུག་སྤངས་བཙོས། ངག་འཕྲོ་བ་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཟབ་མོ་ངག་རྒྱ་འདོན། སེམས་  
 འཕྲོ་བ་སེམས་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་ཟྱེེ་རོལ་རྒྱ་སྒྲོ་བར་བྱའོ། བྱིང་བ་དེ་ཉིད་  
 རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། གང་གི་ཆེ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་མི་མཐོང་བ་དམུས་ལོང་ལྷ་  
 བྱའཕམ། མི་འགའ་ཞིག་ཐུན་པར་ཞུགས་པ་ལྷ་བྱའཕམ། མིག་བཙུམ་པ་ལྷ་  
 བྱར་སེམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཅུང་ཟད་མི་གསལ་བ་དང་། ཤིན་རྒྱ་མི་གསལ་  
 བར་གྱུར་པ་ཡུལ་མི་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་བྱིང་བར་གྱུར་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་





བྱའོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པའི་གཉེན་པོ་ཡིད་ལ་བྱ་བ་ནི། གང་གི་ཆེ་ལྷོ་རྩེ་རྩེ་ལ་གྱེ་  
 གཟུགས་སྤྱག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་མངོན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 པར་རྟོག་པས་སེམས་དེ་ལ་རྒྱག་པའི་ཕྱིར་རམ། རང་གི་དམིགས་པ་ལས་  
 གཞན་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སམ། སྤྱོད་ཕྱོད་བའི་ཡུལ་ལ་འདོད་པས་སེམས་  
 ཚོད་པ་རམ། ཚོད་རུ་དོགས་པར་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་  
 མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་འབྱུང་བར་འབྱུར་བའི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་པ་མངོན་པར་ཞེན་  
 པའི་འདོད་ཆགས་ནི་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་མི་རྟག་སོགས་སྤྱ་བ་ཡང་ཚོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། རང་གི་དམིགས་པ་ལས་གཞན་རུ་འཕྲོས་པའི་ཆ་  
 རས་ཚོད་པ་ཡིན་ཡང་གཟུགས་སོགས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་འདོད་ཆ་  
 ཆགས་ནི་བའི་གཉེན་པོར་འབྱུར་བས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་རུ་གཏོགས་པ་ཡིན་  
 པས་ཚོད་པར་མི་བགང་ངོ་། །མི་རྟག་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡིད་ལ་བྱས་  
 པའི་ཇེས་དེ་ནས་འདོད་ཡོན་ལ་རྣམ་པར་གཡང་བའི་ཚོད་པ་ནི་བར་བྱས་  
 རས་བྱན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཐག་པ་ལྟར་བར་འཇུག་པས་ཡིད་ཀྱི་སྤང་  
 པོ་ཆེ་རབ་རུ་གཡོ་བ་དམིགས་པའི་སྤང་པོ་དེ་ཉིད་ལ་གདགས་པར་བྱའོ། །  
 བཞི་པ་མཉམ་ན་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བ་ནི། གང་གི་ཆེ་ལྷོ་ཞི་གནས་ཀྱི་སྦྱོར་  
 ཕྱིང་བ་དང་ཚོད་པ་མེད་པར་ལྷུང་ཏེ་དམིགས་པ་དེ་ལ་སེམས་རྣལ་རྟུ་  
 འཇུག་པར་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་བྱིང་ཚོད་སེམས་བའི་ཚུལ་བ་སྤྲོད་ལ་སེམས་  
 བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་ཞིང་དེའི་ཆེ་ཇི་སྤྲོད་འདོད་ཀྱི་བར་རུ་མཉམ་བཞག་རུ་  
 འདུག་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི་གནས་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ནི་  
 གནས་ལ་ཤིན་རུ་གོམས་པར་བྱས་ལ། དེའི་མཐུས་རྣལ་འབྱོར་པ་དེའི་ལུས་







དང་སེམས་གང་གི་ཆེ་ཤིང་ཏུ་སྤངས་པར་གྱུར་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འདྲོད་པ་  
 བཞིན་ཏུ་དམིགས་པ་ལ་སེམས་དབང་ཏུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ཞི་གནས་གྲུབ་པ་...  
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། ཞི་གནས་སྤྱབ་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། གཉིས་པ་  
 ལྷག་མཐོང་སྤྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལྷག་མཐོང་གི་དགོས་པའི་བྱད་  
 པར། དམིགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་རིམ་ལ། ཇི་ལྟར་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ལ། འདྲ་  
 སྤུ་ལ་གསུམ་སྟེ། དམིགས་པའི་བྱད་པར། ལྷག་མཐོང་གི་བྱེད་པ་བསྟན་པ་  
 དང་། ལྷག་མཐོང་ལ་འཇུག་པར་གདམས་པའོ། འདྲ་པོ་ནི། ཞི་གནས་ལ་  
 བསྐྱབས་པའི་རྗེས་དེ་ནས་ཞི་གནས་གྲུབ་པར་བྱས་ནས་ལྷག་མཐོང་བསྒྲིམ་  
 པར་བྱ་སྟེ། འོག་ནས་འབྱུང་བ་འདི་སྟེ་ཏུ་བསམ་པར་བྱའོ། བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱི་བཀའ་ཐམས་ཅད་ནི་སྟོན་དང་བཤམ་བས་ན་ལེགས་པར་གསུངས་  
 པ། དངོས་སམ་བརྒྱད་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་ཏུ་གསལ་བར་བྱས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོག་ཞེས་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །  
 དེས་ན་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པར་འདྲོད་པས་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་...  
 ཉིད་ལ་སྒྲོ་འདྲོགས་བཅད་པར་བྱའོ། གཉིས་པ་ནི། དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཤེས་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་བྱུང་བས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཐུན་པ་སེལ་  
 བ་བཞིན་ཏུ་ལྟ་བ་ངན་པའི་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་དྲ་བ་ཐམས་ཅད་དང་བཤམ་བར་  
 འགྱུར་རོ། གལ་ཏེ་ཞི་གནས་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོག་པས་ལྷག་མཐོང་ཅི་  
 དགོས་ཤིན། ཞི་གནས་ཙམ་གྱིས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དག་  
 པར་མི་འགྱུར་ཞིང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཐུན་པ་སེལ་བར་ཡང་མི་.....  
 འགྱུར་གྱི། གལ་ཏེ་ཤེས་རབ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལེགས་པར་བསྒྲིམས་ན་ཡེ་  
 ཤེས་རྣམས་པར་དག་པར་འགྱུར་ལ། ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་དཔྱད་པའི་ཤེས་



རབ་ཁོན་ས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོག་པར་འགྱུར་ལ། རྟོང་ཉིད་རྟོག་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཁོན་ས་སྐྱེ་བ་པ་ཡང་དག་པར་སྤྱང་བར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། ཤེས་  
 རབ་ཁོན་ས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོག་ཤིང་སྐྱེ་བ་སྤྱང་བ་དེ་ལྟ་བུས་ན་རྣམ་པ་.....  
 འབྱུར་པ་དག་གིས་ཞི་གནས་ལ་གནས་ཏེ། རིགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡོངས་སུ་བཅའ་བར་བྱ་ཡི། ཐར་པ་ཐོབ་པར་  
 འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས་ཞི་གནས་ཅན་གྱིས་ནི་ཆོག་པར་འཛིན་པར་མི་...  
 བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་བསམ་མོ། གཉིས་པ་དམིགས་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱད་པར་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། ལྷག་མཐོང་གི་འཇུག་པ་དང་། འཇུག་པ་སྐྱབ་པ་དང་། འཇུག་  
 པའི་བསྐྱགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྔ་སྔར་རྟོག་པའི་བྱད་པར་  
 དང་། ཡུལ་སྔ་སྔར་དཔྱད་པའི་རུས་པའོ། །དང་པོ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟན་  
 པ་དང་། སྔ་སྔར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 བཅའ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེས། གང་དོན་  
 དམ་པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་གཉིས་ཀྱིས་...  
 རྟོང་པ་ཉིད་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོ། །དེ་གང་གིས་རྟོགས་ཤེས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པས་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི། ཐར་ཕྱིན་  
 སྒྲུལ་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་  
 པ་ལས། བཅའ་ལྟན་འདས་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་པོ་  
 ཉིད་མ་མཆིས་པ་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་གང་གིས་འཛིན་ལགས། སྤྱན་རས་  
 གཟིགས་དབང་ཕྱག་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པས་འཛིན་ཏོ་ཞེས་ཇི་.....  
 སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་སྔ་སྔར་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 མཆོམས་སྤྱར་བ་དང་། དོན་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱེ་བ་སྤྱང་བ་ལ་ལྷག་



མཐོང་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞི་གནས་ལ་གནས་ཏེ་སྤང་ཉིད་རྟོགས་པའི་...  
 ཤེས་རབ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའོ། །  
 དང་པོ་གསུམ་སྟེ། སྤང་པོ་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཏུ་བརྟགས་ཏེ་དགག་ །  
 བརྗོད་ཏུ་མེད་པའི་གང་ཟག་དགག་ །ཚད་མས་གྲུབ་པའི་དོན་བསྟུ་བའོ། །  
 དང་པོ་ནི། ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པས་དམིགས་པ་ལ་འདི་  
 ལྟར་དབྱད་པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་མཚམས་སྦྱར་ནས། ཐོག་མར་གང་ཟག་ལ་  
 དབྱད་པ་ནི་གང་ཟག་དོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་ན་སྤང་པོ་སོགས་དང་ཐ་དད་ཏུ་  
 གྲུབ་བཅ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ། དང་པོ་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་དེ། སྤང་པོ་དང་  
 ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆོད་རྣམས་ལས་གྲུད་ན་ཚད་མས་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 གང་རར་འཛིན་འཇུག་པའི་ཡུལ་ལ་བདག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལས་སྤང་པོ་ལས་  
 རྟོགས་ཤིག་པ་ལ་རར་འཛིན་འཇུག་པ་མ་དམིགས་པས་ངེས་སོ། །གཉིས་པ་  
 ལྟར་ཡང་མི་འཐད་དེ། གང་ཟག་གི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པའི་དོ་པོ་དང་  
 གཅིག་ཀྱང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་སྐད་ཅིག་  
 གིས་མི་རྟག་པ་དང་། ཏུ་མ་འདུས་པའི་དོ་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གང་ཟག་ནི་རྟག་པ་དང་གཅིག་སྤྱི་དོ་པོ་ཉིད་ཡིན་པར་གཞན་ཟུ་སྟེགས་...  
 པ་དག་གིས་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཟུ་སྟེགས་པས་སྤང་པོ་དང་  
 མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པར་འདོད་པས་གཅིག་མ་ཡིན་པར་མི་འཇུར་རོ་ཞེ་...  
 བ། གང་ཟག་དོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པར་འདོད་པ་ནི་ཟུ་སྟེགས་པ་ཡིན་ལ།  
 གལ་ཏེ་གང་ཟག་དོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པར་འདོད་ན་ནི་གཅིག་དང་ཐ་...  
 དད་ལས་མི་འདའ་ལ། སྤང་པོ་ལས་རྟོགས་སུ་མི་དམིགས་པས་ཐ་དད་ཏུ་



མི་འཐད་ལ་གཅིག་རྒྱ་ཁས་སྒྲངས་ན་ཡང་རང་གིས་གང་ཟག་གི་མཚན་.....  
 ཉིད་བརྟགས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །རང་གི་སྤེལ་ས་ནི་གང་  
 ཟག་རྣམས་ཡོད་རྒྱུ་མི་འདོད་དེ། མཛོད་ལས། བདག་ཡོད་ཉིད་རྒྱ་ཁས་  
 སྒྲངས་ན། །ལྟ་བའི་མཆོད་བས་ཆས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །  
 མཛོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཡང་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་མི་འདོད་ན་གཞན་གྱིས་....  
 ལྟ་ཡང་ཅི་དགོས། འོ་ན་གང་ཟག་དབང་པོ་རྣམས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་བྱ་གཞི་  
 རུང་སྟེ། གང་ཟག་མི་འདོད་པས་སོ་ཞེ་ན། རྣམས་ཡོད་རྒྱུ་མི་འདོད་ཀྱི་  
 བརྟགས་ཡོད་ཅེས་མི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པས་སྦྱོན་མེད་དོ་བརྟགས་པའང་....  
 མེད་རྒྱུ་འགྱུར་འོང་པས། མེད་དོ་ཞེས་ཀྱང་མ་གསུངས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །  
 གང་ཟག་དང་རྟག་པ་གཅིག་སྤྱ་མཚན་ཉིད་དང་མཚན་བྱར་འབྲེལ་བར་....  
 འཛིན་པ་མེད་ཀྱང་གང་ཟག་ལ་དམིགས་ནས་རྟག་པ་དང་གཅིག་སྤྱ་དང་....  
 རང་དབང་ཅན་གྱིས་བྱུང་པར་རྒྱུས་པར་འཛིན་པ་ལྟན་སྦྱོས་ཀྱི་འཛིན་....  
 པ་ཡང་ཡོད་དེ། སྤར་མཐོང་བའི་མི་དེ་ལྟར་ངོ་ཤེས་པར་འཛིན་པ་དང་  
 སེམས་ཅན་གཅིག་སྦྱེ་བ་ན་གང་ཟག་གཅིག་སྦྱོས་སོ་ཞེས་འཛིན་གྱི། གང་  
 ཟག་རྒྱ་མ་སྦྱོས་སོ་ཞེས་མི་འཛིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཟག་རྣམས་སྤྱོད་པ་  
 བཀག་པ་ན་གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཞེགས་པ་....  
 ཡིན་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་གྲུབ་པོ། །གང་དག་རྟག་པ་གཅིག་  
 སྤྱ་རང་དབང་ཅན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་བདག་བཀག་པས་གང་ཟག་གི་....  
 བདག་མེད་པ་མི་འགྲུབ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་བདག་མེད་པར་  
 ཤེས་པས་ལྟན་སྦྱོས་ཀྱི་ངར་འཛིན་མི་ལྟོག་ཅེས་སྤྱོད་བས་ནི་ཤེས་བྱ་བཀག་....  
 པས་བདག་མི་ཞེགས་ཞེས་སྤྱོད་པ་དང་མཚུངས་སོ། །གཉིས་པ་བརྗོད་རྒྱུ་མེད་



པའི་གང་ཟག་དགག་པ་ནི། གང་ཟག་ཉག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། མི་ཉག་  
 པར་ཡང་མི་འཐད་པས་ན་སྤང་པོ་དང་དེ་ཉིད་དང་། གཞན་ཏུ་བརྗོད་ཏུ་  
 མེད་པའི་དངོས་པོའི་ཞེན། སྤང་པོ་དང་དེ་ཉིད་དམ་གཞན་ཏུ་བརྗོད་ཏུ་  
 མི་ཏུང་བའི་གང་ཟག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པར་མི་ཏུང་སྟེ། དངོས་པོར་ཡོད་  
 པ་ལ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ལས་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གསུམ་པ་  
 བློ། གང་ཟག་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ན་ངོ་སྤྲུལ་པའི་སྒྲོ་སྒྲུབ་མི་  
 འཐད་ངོ་ཞེན། སྤང་པོ་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཏུ་བརྟགས་པས་གང་ཟག་  
 མི་རྟེན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ང་དང་ངོ་སྤྲུལ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོ་.....  
 འཇུག་པ་འདི་ནི་སྒྲོ་ཡོར་ལ་མེར་འཇིན་པར་ལྟར་འབྲུལ་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་  
 རིགས་པས་དབྱད་པར་བྱའོ། །དབྱད་ནས་བདག་འཇིན་འབྲུལ་པར་ཤེས་  
 པས་བདག་མེད་པར་ཁོང་ཏུ་རྟུང་པར་བྱའོ། །འདིར་གང་ཟག་ནི་ལྟ་སྟེས་  
 གྱི་ངར་འཇིན་གྱི་སྒྲོས་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐག་པ་ལ་སྤྱུལ་ཏུ་འབྲུལ་བ་.....  
 ལྟར་བརྟགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་སྤང་པོ་ལ་རིགས་པས་དབྱད་ན་མི་རྟེན་པས་  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ལ། གང་ཟག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་པ་ཞེས་བརྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོག་པ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། སྤྱི་ལོ་གྱི་དོན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་བརྟག་པ་དང་། ལེན་པ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་པར་བརྟག་པ་དང་། རིགས་པས་ངེས་པའི་དོན་བརྟན་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། བརྟག་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་བསྟུ་བ། སྤ་  
 རགས་ཀྱི་གཟུགས་དགག་པ། སྤང་བ་རྣམ་ཤེས་སུ་བརྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
 ཆོས་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡིན་ལ་བདག་མེད་པ་ནི་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་  
 ཡིན་པས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཏུ་མ་ཟད་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱང་འདི་





ལྟར་སྟོན་པར་བྱ་སྟེ། ཆོས་ཞེས་བྱ་བར་མདོར་བསྟར་ན། གཞུགས་སོགས་  
 སུང་པོ་ལྟ་དང་། ཡུལ་གྱི་སྟེ་མཆེད་དུག་དང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟེ་མཆེད་དུག་  
 སྟེ། སྟེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་། དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་ཁམས་དུག་དང་། ཉེན་  
 དབང་པོའི་ཁམས་དུག་དང་། བཞེན་པ་རྣམས་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དུག་སྟེ་  
 ཁམས་བཙུག་རྒྱུད་དོ། །གཉིས་པ་ནི། འདི་དག་གཞུང་འཛིན་གཉིས་སུ་  
 འདུས་པས་གཞུང་བའི་ཆ་དེ་ལ་སུང་པོ་དང་སྟེ་མཆེད་དང་ཁམས་གཞུགས་  
 ཅན་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་སྤང་ཚུལ་ལ་ཤེས་པ་ལས་སྤྱོད་ལ་རྟུ་ལྟར་...  
 པར་སྤང་ཡང་དོན་དམ་པར་ན་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་གཏུན་མེད་དོ། །  
 གཞུགས་སུ་སྤང་བ་འདི་དག་ འདུག་གིས་གཅིག་ཆར་སྤྱར་བ་ན། བླ་རབ་  
 རུལ་ཆ་དུག་རྟུ་འབྱུར། འདུག་པོ་དག་ནི་གོ་གཅིག་ན། ཞོང་བྱའང་རུལ་སྤན་  
 ཅམ་རྟུ་འབྱུར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་རུལ་སྤྱ་རབ་ཀྱི་བར་རྟུ་བཤེག་ལ།  
 རུལ་སྤྱ་རབ་རྣམས་ཀྱང་རིགས་པས་ཆ་ཤས་ཀྱི་ངོ་པོ་ཉིད་དེས་པར་གཞུང་...  
 རྟུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། དོན་རྟུ་སྤང་བ་འདི་ལྷ་བ་གཉིས་སུ་  
 སྤང་བ་ལྟར་འདི་བདེན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་འབྲུལ་པའི་ངོ་ན་སེམས་ལས་ཐ་...  
 དད་རྟུ་སྤང་ཡང་གནས་ཚུལ་ལ་ཐ་དད་རྟུ་མེད་དོ། །འོ་ན་རྒྱ་གང་ལས་སྤང་  
 ཞེན། ཐོག་མ་མེད་པའི་རྟུས་ནས་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་སྟེན་ཅི་ལོག་རྟུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་གཅིག་ནས་...  
 གཅིག་རྟུ་བརྒྱུད་པའི་བག་ཆགས་སད་པའི་དབང་གིས་སྤང་དོ། །དཔེར་ན་  
 མི་ལམ་རྟུ་མིས་པའི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་སྤང་བ་བཞིན་རྟུ་འབྲུལ་པའི་...  
 དབང་གིས་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་རང་གི་སེམས་ཉིད་གཞུགས་ལ་སོགས་པར་སྤྱོད་  
 རྟུ་ཆད་པ་བཞིན་རྟུ་སྤང་གི། འོན་དམ་པར་ན་སྤང་བ་འདི་ལ་





གཟུགས་ལ་སྟགས་པ་ནི་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ལས་གྲུང་ན་མེད་དོ་ཞེས་རིགས་་་  
 པས་དབྱེད་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་སེམས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་བསྟན་པ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རིགས་  
 པས་གཟུགས་སྟགས་སུ་སྒྲུང་བ་དོན་དམ་པར་སེམས་ལས་ཐ་དད་མེད་པར་  
 རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་འདི་སྟུམ་དུ། །ཁམས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ནི་  
 སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་སྟུམ་དུ་སེམས་ཤིང་སེམས་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་དེ་་་་་  
 ལྟར་སྔོན་བཅུད་ཀྱི་ཆོས་གདགས་པ་མཐའ་དག་ནི་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཁོ་ན་་་  
 ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་སེམས་སུ་སྒྲུང་བ་དེ་ཡང་སོ་སོར་བརྟགས་་་  
 ནས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པར་སོ་སོར་རྟོག་གོ། །  
 མདོ་ལས་ཀྱང། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་སོ་སོར་བརྟགས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་གསུངས་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུས་སེམས་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཉིད་  
 དུ་བསྟན་ཏོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི་སྟེ། སེམས་བརྒྱན་པ་  
 ཉིད་དུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཉིད་རིགས་པས་སྐྱབ་པ་དང་། ཆད་མའི་འབྲས་  
 བྱ་བསྐྱབ་པ་དང་། ཆོས་གཞན་ལ་སྐྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་ལ་རྟོག་པར་  
 བྱ་དགོས་ན་ཇི་ལྟར་རྟོག་ཅེན། རྣལ་འབྱོར་པས་འདི་ལྟར་དབྱེད་དེ། དོན་  
 དམ་པར་ན་སེམས་ཀྱང་བདེན་པར་མི་རུང་སྟེ། གང་གི་ཆེ་དོན་གྱི་རྣམ་པ་  
 བརྒྱན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་  
 པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། གཟུགས་ལ་སྟགས་པ་བརྒྱན་པའི་  
 རྣམ་པ་འཛིན་པའི་སེམས་ཉིད་གཟུགས་སྟགས་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་་་  
 བ་དེའི་ཆེའོ། །གལ་ཏེ་གཟུང་བའི་ཡུལ་བརྒྱན་ཡང་སེམས་བདེན་ནོ་ཞེན།  
 ཇི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སྟགས་པའི་རྣམ་པ་བརྒྱན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཀྱང་་་་





རྣམ་པ་བརྒྱན་པ་དེ་ལས་གྲང་ན་མེད་པས་བརྒྱན་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ནི་རྣམ་  
 པ་བརྒྱན་པ་ལས་ཐམི་དད་ཏུ་གྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །གཉིས་པ་དེ་ཉིད་རིགས་  
 པས་སྐྱབ་པ་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་ཆོས་ཅན། ཇི་  
 ལྟར་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྣ་ཚོགས་པའི་རྣམ་པ་  
 ཡིན་པས་སོ། །དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཏུ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུལ་ཅན་  
 ཤེས་པ་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེ་དེ་བཞིན་ཏུ་སེམས་  
 གྲང་དོན་དམ་པར་གཅིག་དང་དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་  
 པར་མ་གྲུབ་པའི་གཟུགས་སོགས་ལས་གྲང་ན་མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི།  
 སེམས་གྲང་དོན་དམ་པར་གཅིག་དང་དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་  
 བས་ན་སེམས་ནི་སྤང་བ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་གནས་ཚུལ་ལ་མེད་པས་སྐྱུ་མ་ལ་  
 སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ནའོ། །བཞི་པ་ཆོས་གཞན་ལ་སྐྱར་བ་ནི། སེམས་སྐྱུ་  
 མ་ལྟ་བུར་གྲུབ་པ་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱིན་དག་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལྟ་བུ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱད་དོ། །གང་དག་ཆོས་རྣམས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རིགས་  
 པས་གྲུབ་ན་སྐྱུ་མ་རིགས་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བས་སྐྱུ་མ་ཞེན་དངོས་སུ་ཁས་  
 གྲངས་པར་འགྱུར་རོ། །གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྤང་ལ་རང་བཞིན་  
 མེད་པར་གྲུབ་ན་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཅིའི་ཕྱིར་རིགས་པས་མི་འགྲུབ། སྤང་ལ་མ་  
 དོར་ཞིང་གནས་ཚུལ་ལ་མ་གྲུབ་པའི་གཉིས་ཚོགས་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་དོན་  
 ཡིན་ལ། བདེན་པ་མེད་པར་རིགས་པས་གྲུབ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་དངོས་སུ་  
 འགྱུར། དེས་ན་སྐྱུ་མ་རིགས་པས་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱོན་བརྗོད་པ་ནི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་  
 དོན་ཁོང་ཏུ་མ་ཆུད་པར་ཟད་དོ། །གསུམ་པ་རིགས་པས་ངས་པའི་དོན་







བསྟན་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཚས་ཅན་མ་དམིགས་པ་དང་། ཚས་མ་དམིགས་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སེམས་མ་དམིགས་པ་དང་། དེའི་ཤེས་བྱེད་  
 འགོད་པ་དང་། ལྷང་རིགས་གཉིས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི་རྣལ་  
 འབྱུར་པ་དེས་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་གནས་ཚུལ་ལ་དཔྱད་པའི་ཤེས་.....  
 རབ་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པ་ན་སེམས་མི་དམིགས་...  
 སོ། །ཇི་ལྟར་བརྟག་ཅེན། དོན་དམ་པར་སེམས་ནི་ནང་དང་ཕྱི་རོལ་གང་དུ་  
 གནས་ཞེས་བརྟགས་པ་ན་ནང་དུ་ཡང་མི་དམིགས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡང་མི་.....  
 དམིགས་སོ། །ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་མེད་པ་སྟེ་མ་ཡིན་པ་བར་ན་ཡང་མི་  
 དམིགས་སོ། །དུས་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྟགས་ན་འདས་པའི་སེམས་ཀྱང་  
 འགགས་ནས་མི་དམིགས། མ་འོངས་པ་ཡང་མ་སྐྱེས་ནས་མི་དམིགས། ད་  
 ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་སྐྱེ་འགགས་གནས་གསུམ་གྱི་ཆ་སོ་སོར་བརྟགས་པས་མི་...  
 དམིགས་སོ། །འགྲོ་འོང་གི་སྒྲོ་ནས་བརྟགས་ན་སེམས་སྐྱེ་བར་སྤང་བའི་ཆེ་  
 ཡང་བརྟགས་ན་གང་ནས་ཀྱང་མི་འོང་། མཐར་འགག་པའི་ཆེ་ཡང་ཡུལ་  
 གང་དུ་ཡང་མི་འགྲོ། སོན་སོགས་པ་དུས་གང་དུ་ཡང་མི་འགྲོ་འོ། །སེམས་ནི་  
 ངོ་བོ་ལ་བརྟགས་ན་ཆོས་གང་ལ་ཡང་བཟུང་དུ་མེད་པ་གཞན་ལ་བསྟན་དུ་  
 མེད་པ། གཟུགས་ཅན་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་  
 གཞན་དུ་མེད་ཅིང་ཆོས་གང་དུ་ཡང་བཟུང་དུ་མེད་པའི་གཟུགས་ཅན་ཡང་  
 མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅི་འདྲ་ཞེན། འཕགས་པ་དགོན་  
 མཆོག་བཅེགས་པ་ལས་ཇི་སྐད་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འོད་སྤངས་སེམས་  
 བྱི་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཕྱི་ནང་གཉིས་སྤྱི་བཅུལ་ན་མི་རྟོག་དོ། །  
 གང་སོ་སོར་བརྟགས་ན་མི་རྟོག་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན་གང་གི་ངོ་བོར་ཡང་མི་...



དམིགས་སོ། །གང་བརྟགས་ན་ཆོས་གང་གི་ངོ་བོར་ཡང་མི་དམིགས་པ་དེ་  
 འདས་པ་ཡང་མ་ཡིན། མ་འོངས་པ་ཡང་མ་ཡིན། ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་ཆེར་འབྱུང་ངོ་། །གསུམ་པ་ལྟར་རིགས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་  
 བློ། །ཆལ་འབྱོར་པ་དེས་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་སེམས་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 སོ་སོར་བརྟགས་ན་སེམས་ཀྱི་དང་པོ་སྟེ་ཐོག་མ་ཡང་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
 མི་མཐོང་། ཐ་མ་ཡང་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་། བར་ཡང་ཡང་དག་  
 པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་སྟེ། བྱད་གཞིའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མི་མཐོང་ན་བྱད་  
 པར་གྱི་ཆོས་མཐོང་བར་ག་ལ་འགྱུར། ཇི་ལྟར་སེམས་ལ་སྟེ་འགག་གི་མཐའ་  
 དང་དབྱུས་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱང་སེམས་ལས་ལོགས་ཤིག་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པས་མཐའ་དང་དབྱུས་མེད་  
 པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །ཆལ་འབྱོར་པ་དེས་དེ་ལྟར་བརྟགས་པས་  
 སེམས་མཐའ་དང་དབྱུས་མེད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་ནས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ལྟོན་གི་ཆོས་གང་དུ་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཀྱིས་ངོ་བོ་ལ་  
 རྟོག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་བདེན་པར་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཇི་  
 ལྟར་ཡོད་པའམ་མེད་པ་གང་གིས་ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་སྒོ་དེ་ཡང་བརྟག་པར་བྱ་བའི་སེམས་ལྟར་སྟོང་པར་རྟོགས་སོ། །བརྟག་  
 བྱ་དང་རྟོག་བྱེད་ཀྱི་སེམས་དེ་དག་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་སྤང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་ངོ་། །དེ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་ཡུལ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱིས་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཅམ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཅན་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་



བ་ཚས་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཚས་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་ཀླས་  
 པར་བསྟན་པ། དེའི་འཐད་པ་དགོད་པའོ། དང་པོ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་དེས་  
 གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་གནས་ཚུལ་ལ་རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་.....  
 གྱིས་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཚས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
 མ་མཐོང་ངོ་། །རྟེན་ཚས་ཅན་ནམ་ཁྲུང་གཞི་མ་མཐོང་བས་ཁྲུང་པར་གྱི་  
 ཚས་གཟུགས་སོགས་རྟག་གོ་ཞེས་པའམ། མི་རྟག་གོ་ཞེས་རྟག་པར་མི་བྱེད་  
 ཏོ། །ཡང་རྟེན་ཚས་ཅན་མེད་པས་གཟུགས་སོགས་སྟོང་ངོ་ཞེས་པའམ། མི་  
 སྟོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་རྟག་པར་མི་བྱེད་ཏོ། །ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་སྒྲིབ་པར་  
 བྱེད་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའམ། ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་  
 པ་མེད་པ་ཞེའམ། དུས་ཀྱི་སྒྲིན་ནས་བྱུང་བ་ཞེའམ། མ་བྱུང་བ་ཞེའམ།  
 དམིགས་མ་དམིགས་ཀྱི་སྒྲིན་ནས་ཡོད་པ་ཞེའམ་མེད་པ་ཞེས་རྟག་པར་མི་.....  
 བྱེད་ཏོ། །ཡུང་པོ་ལྷ་ལས་རི་ལྟར་གཟུགས་ཀྱི་ཁྲུང་པར་གྱི་ཚས་རྟག་མི་རྟག་  
 སོགས་སུ་རྟག་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་མྱུང་བའི་ཚོར་བ་དང་།  
 མཚན་མར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་ཡུལ་ལ་འདུ་བྱེད་པའི་  
 སེམས་པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྡན་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་.....  
 དང་། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་སོ་སོར་རིག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་  
 རྟག་མི་རྟག་དང་། སྟོང་མི་སྟོང་སོགས་སུ་རྟག་པར་མི་བྱེད་ཏོ། །གཉིས་པ་  
 དེའི་འཐད་པ་ནི། རྟེན་ཚས་ཅན་མ་གྲུབ་ན་དེའི་བྱེ་བྲག་གི་ཚས་རྟག་མི་  
 རྟག་སོགས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པས་ཁྲུང་གཞི་མེད་པའི་ཁྲུང་ཚས་དེ་ལ་རྣམ་.....  
 དཔྱད་ཀྱི་སྒྲིན་རྟག་པར་ག་ལ་འགྱུར། སོ་སོར་རྟག་པའི་ཁྲུང་པར་བསྟན་  
 ཟུམ་ཏོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་སོ་སོར་དཔྱད་ཅུས་པའི་ཅུས་པ་བསྟན་པ་ནི། རྣལ་





འབྱོར་པ་དེས་གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཟུགས་སྟགས་ཕུང་  
 བོ་ལཱའི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་ལ་རྣམ་པར་དཔྱད་དེ། གང་གི་ཆོ་ཀླ་འབྱོར་  
 པས་དངོས་པོ་གང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་རིགས་པས་རྣམ་པར་དཔྱད་པས་མ་རྟེན་...  
 པ་ན་དོན་དམ་པར་མེད་པར་ཁོང་དུ་རྟེན་དེ་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་དེས་པར་  
 མི་འཛིན་པ་དེའི་ཆོ་ཀླ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་.....  
 འབྲུག་གོ། །གཟུགས་སྟགས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 བེ་ཆོས་ཆོད་ཅིང་ངེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་སོ། །གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་གི་  
 འབྲུག་པ་སྐབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་གྱི་འདོད་པ་དགག་པ། རང་སྟོགས་  
 ཀྱི་ཤེས་བྱེད་འགོད་པ། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཏུ་  
 ཤང་ན་ཟེ། ཡང་རིགས་པས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་རྟེན་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་  
 ལྟོས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲུབས་ན་འཁོར་  
 བའི་ཅ་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལྷག་པས་ན་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་...  
 པ་ཉིད་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའོ་ཞེ་ན། རྣལ་འབྱོར་པ་གང་ཞིག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་མེད་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་  
 པའི་དོན་མི་སྒྲུབ་གྱི་མན་ངག་གིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཙམ་  
 ཞིག་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པར་འདོད་པ་དེ་ལྟར་ན། རྣལ་འབྱོར་པའི་རྒྱད་ལ་  
 བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནམ་ཡང་མི་ལྷག་ཅིང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་.....  
 གནས་ཚུལ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་རྟོགས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། བདེན་འཛིན་  
 གྱི་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །གང་ཞེ་ན། སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཁོ་ནས་སྐྱེ་བ་པ་སྤྲོད་བར་རོ། །བཀའ་སྒྲུལ་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར།





དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་ཡང་དག་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ཉིད་ལས་ཡང་.....  
 དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་བྱང་ན། གཙུབ་ཤིང་  
 བཙུབས་པ་ལས་བྱང་བའི་མེས་བྱད་ཤིང་སྤྲེག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་རུ་རྣམ་.....  
 པར་རྟོག་པའི་བྱད་ཤིང་བསྤྲེག་གོ་ཞེས་པའོ། །སྤྲིབ་པ་སྤྲོང་བ་ལ་སོ་སོར་  
 རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་དགོས་པར་འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་སྤྲིན་ལས་ཀྱང་.....  
 བཀའ་སྤྲུལ་ཏེ། དེ་ལྟར་སྦྱོན་ལ་མཁས་པ་དེ་ཞེས་པ་ནས་འབྱུང་ངོ་ཞེས་  
 པའི་བར་རོ། །དེའི་དོན་ནི། དེ་ལྟར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པའི་སྦྱོན་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚ་བ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་  
 དེ་བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྤྲོས་པ་དང་བྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་...  
 རུ་སྤྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཡང་དང་ཡང་རུ་འདིས་པར་བྱས་.....  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་ལ་རྣལ་འབྱོར་རུ་བྱེད་དོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་སྤྲོང་པ་  
 ཉིད་སྒྲིམ་པ་ཤིན་རུ་ཡུན་རིང་ཞིང་གངས་མང་བས་ཆགས་སྤང་སོགས་ཉོན་  
 མོངས་སྐྱེ་བའི་གནས་གང་དང་གང་རུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སེམས་འཕྲོ་.....  
 ཞིང་། ཡུལ་སྤྲུག་པ་ལ་སེམས་མངོན་པར་དགའ་བའི་གནས་དེ་དང་དེ་དག་  
 གི་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅའ་ན་སྤྲོང་པར་རྟོགས་སོ། །  
 ཡུལ་ཅན་ཆགས་སྤང་གི་སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་...  
 རབ་ཀྱིས་བརྟགས་ན་སྤྲོང་པར་རྟོགས་སོ། །སེམས་གང་གིས་སོ་སོར་རྟོག་  
 པར་བྱེད་པའི་སྒོ་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཕྱི་ནང་ཀུན་རུ་བཅའ་ན་སྤྲོང་པར་.....  
 རྟོགས་ཏེ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སེམས་དང་དེ་ལ་རྟོག་བྱེད་གྱི་སྒོ་དེ་དག་  
 ཚུལ་དེ་ལྟར་རུ་རྟོག་པས་མཚན་མ་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འཇུག་གོ་ཞེས་...  
 འབྱུང་ངོ་། །ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་།





ས་སོར་རྟོག་བྱེད་གྱི་སྒྲོ་ལ་རྟོག་པའི་རིམ་པ་གསུམ་བསྟན་པ་འདིས་ནི་རྣལ་  
 འབྱོར་གྱི་ས་གསུམ་གསལ་བར་བྱས་སོ། །གསུམ་པ་དེའི་དོན་བཤད་པ་ནི།  
 མདོ་འདིས་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་འགྲེལ་ལོ། །བསྟན་  
 པའི་དོན་དེ་གང་ཞེ་ན། ས་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡུལ་ལ་ཡོངས་སུ་  
 རྟོག་པ་སྒྲིབ་ཏུ་གཏོང་བ་ཉིད་སྒྲིབ་པའི་མཚན་མ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་  
 ལ་འཇུག་པའི་རྒྱར་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་ཤུགས་ལ་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བ་ཅམ་དང་། སྤར་ཐོས་བསམ་  
 གྱི་ཤེས་རབ་གྱིས་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་མི་དཔྱད་པར་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་  
 ཅམ་གྱི་སྒྲིབ་པ་དེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ཏུ་མི་  
 སྤྱིད་པར་གསལ་བར་བྱས་སོ། །གསུམ་པ་འཇུག་པའི་བསྟགས་པ་ལ་གཉིས་  
 ཉེ། བསྟགས་པ་བརྗོད་པ་དང་། ལུང་དང་སྒྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣལ་  
 འབྱོར་པ་དེ་གོང་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ས་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡུལ་  
 གཞུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་ཡང་དག་པར་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་བརྟགས་ནས་གནས་ཚུལ་གྱི་དོན་  
 རྟོགས་པ་ལ་བསམ་གཏན་ཏུ་བྱེད་གྱི། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་མཚན་མར་  
 འཛིན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ནས་བསམ་གཏན་ཏུ་མི་བྱེད་དོ། །འདིས་ནི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྒྲིབ་གྱི། སྤང་ཚུལ་མི་སྒྲིབ་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཅོ། །  
 འཇིག་རྟེན་འདི་དང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་འགའ་ཞིག་ལ་  
 མདོན་པར་ཞེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་ནས་བསམ་གཏན་མི་བྱེད་དེ། གང་  
 ལ་གནས་པར་བྱ་བའི་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་དེ་དག་རིགས་པས་  
 བརྟགས་ན་གང་ཡང་མི་དཔྱིགས་པའི་བྱེར་རོ། །བརྟགས་ན་ཆོས་གང་ཡང་





མི་དམིགས་པ་དེ་བས་ན་སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་...  
 བྱི་མི་གནས་པའི་བསམ་གཏན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་དངོས་པོ་ཉི་ཆེ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི། དངོས་པོ་མཐའ་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 ལ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་གནས་ཚུལ་...  
 སྤྲོད་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཤེས་རབ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་...  
 པས་ཤེས་རབ་མཆོག་གི་བསམ་གཏན་པ་ཞེས་བྱང་བྱ་སྟེ། །གང་གི་ཕྱིར་ན་  
 སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲིམ་ཆས་གང་ཡང་མི་དམིགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་...  
 ལ་བསམ་གཏན་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྷང་དང་སྤྱུར་བ་ནི།  
 འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མཛོད་དང་། འཕགས་པ་གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེས་  
 བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །དམིགས་པ་ལ་འཇུག་  
 པའི་བྱང་པར་བསྟན་ཟིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་ལ་ལྷ་སྟེ།  
 ཐོག་མར་བསྒྲིམས་ཏེ་འཇུག་པ་དང་། བར་ཆད་ཅིང་འཇུག་པ་དང་། བར་  
 མ་ཆད་པར་འཇུག་པ་དང་། ལྷན་གྱིས་བྱུང་པར་འཇུག་པ་དང་། ཚུལ་མེད་  
 དུ་འཛིག་པའི་དགོས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ། དང་པོར་སེམས་  
 གཏོད་པ་དང་། དམིགས་པ་མི་འཆར་བར་འཛིན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་  
 ལྟར་གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་དང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་...  
 ཐོས་བསམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ་བྱུགས་པ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་...  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལས་མ་གཏོགས་པ་ཡོངས་སུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་དང་།  
 ལྟ་བར་བྱ་བ་གཞན་མེད་དེ། སྤྲོད་འཇུག་ལས། གང་ཆོད་ངོས་དང་དངོས་  
 མེད་པས། །སྟོ་ཡི་མདུན་ན་མི་གནས་པ། །དེ་ཆེ་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས། །  
 དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་དུ་ཞི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གལ་ཏེ་སྤྲོད་པ་





ཉིད་ཀྱང་བདེན་པས་སྟོང་པ་གང་གི་ནང་དུ་འདུ་ཞེན། ཆོས་ཀྱི་བདག་  
 མེད་པའི་ནང་དུ་འདུས་སོ། །ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རོག་ཅིག་པར་  
 རྟོགས་པས་ཆོས་ཅན་གཟུགས་སྟགས་ལ་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་དང་བཤེལ་བ་  
 དང་། རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའི་བརྗོད་པ་མེད་པར་རྟོགས་  
 པའི་སྒྲིའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབད་པ་མེད་པར་རང་  
 གིས་ངང་གིས་འབྱུག་པ་འབད་པའི་ཚུལ་བ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་  
 པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་རྣམས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་སྒྲུབ་ཞིང་འདུག་  
 པར་བྱའོ། །དམིགས་པ་མི་འཆར་བར་འཛིན་པ་ནི། རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བར་སྒྲུབ་པ་དེར་གནས་ནས་སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་གང་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་དེ་  
 ལས་གཞན་དུ་རྣམ་པར་མི་གཡེང་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་བར་ཆད་ཅིང་  
 འབྱུག་པ་ལ་བྱུག་གྱེ། དམིགས་པ་ཤོར་ན་སྤར་ཡང་གཏོད་པ་དང་། གནས་  
 པ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དང་། བརྟན་པ་མཐུ་བསྐྱེད་པ་དང་། གཡེང་བ་  
 བསྐྱོག་པ་དང་། བྱིང་བ་བསྐྱོག་པ་དང་། ཆོད་པ་སེལ་བའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་  
 བློ་རྟོག་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་གང་གི་ཆེ་ལྷག་མཐོང་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྒྲུབ་པའི་བར་  
 སྐབས་སུ་རྒྱུན་འགའ་ཞིག་ལས་འདོད་ཆགས་ལ་སྟགས་པ་སྟེས་པས་སེམས་  
 བྱེད་པ་དུ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དེའི་ཆོ་དུན་ཤེས་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་  
 གཡེངས་པ་ཆོར་བར་བྱས་ལ་དེ་ཞི་བའི་ཐབས་སྦྱར་དུ་མི་སྦྱུག་པ་ལ་སྟགས་  
 པ་བསྒྲུབས་པས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ཞི་བར་བྱའོ།  
 གཉིས་པ་ནི། ལྷན་དུ་སྦྱར་གྱི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་བྱིར་ཞིང་འབྱུག་  
 པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི། གང་གི་ཆེ་དམིགས་པ་དེ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་བཞག་  
 པས་སེམས་སྦྱོར་བས་ཡུལ་ལ་མངོན་པར་མི་དགའ་བར་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་







ཏིང་པའི་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྤྱན་དང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་  
 པ་མཐོང་བ་སྟེ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཏིང་པའི་འཛིན་དེ་སྒྲིམ་པ་ལ་མངོན་པར་  
 དགའ་བ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི། ཏིང་པའི་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ཤོར་  
 བ་སེམས་གཞན་དུ་རྒྱུ་པར་གཡེང་བ་ལ་ཏིང་པའི་འཛིན་གྱི་ཉེས་པར་.....  
 མཐོང་བར་བྱས་ནས་ཀྱང་ཏིང་པའི་འཛིན་སྒྲིམ་པ་ལ་མི་དགའ་བ་རབ་དུ་ཞི་  
 བར་བྱའོ། །ལྷ་པ་ནི། ཅི་སྟེ་རྣལ་འབྱོར་པ་སྤྱད་པ་དང་། གཉིད་ཀྱིས་ནོན་  
 ཏེ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཤིན་དུ་མི་གསལ་བས་ཏིང་པའི་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་.....  
 འཛིན་མི་རྣམས་པར་སེམས་བྱིང་བའམ་བྱིང་དུ་དོགས་པར་བྱན་པ་དང་ཤེས་  
 བཞིན་གྱི་བྱ་ར་བས་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་གང་ལ་ཞི་གནས་གྱི་སྐབས་སུ་.....  
 གཟུགས་སྤྱོད་པ་དམིགས་པར་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་མཆོག་དུ་དགའ་བའི་.....  
 དངོས་པོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་  
 ལྷ་པ་དུ་བྱིང་བ་ཞི་བ་བྱས་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་དམིགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཤིན་  
 དུ་དམ་པོར་བབྱང་བར་བྱའོ། །དུག་པ་ཆོད་པ་སེལ་བ་ནི། ཅི་སྟེ་སྤྱད་མཐོང་  
 གི་ཏིང་པའི་འཛིན་སྒྲིམ་པ་གང་གི་ཆོ་རྒྱུ་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་ག་ལ་སེམས་ལ་ཞུགས་.....  
 བས་སྤྱོད་མི་ཆོད་པ་དང་། ཅེས་པ་སྤྱོད་ཆེས་སུ་བྱན་པས་ཏིང་པའི་འཛིན་  
 སྒྲིམ་པའི་བར་སྐབས་སུ་སེམས་འཆོར་བའམ་ཆོད་དུ་དོགས་པར་ཤེས་.....  
 བཞིན་གྱི་བྱ་ར་བས་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་གང་ལ་ཞི་གནས་གྱི་སྐབས་སུ་བསྟན་  
 པ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་དང་འཁོར་བའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་.....  
 འབྱང་བར་འབྱར་བའི་དངོས་པོ་ཡིད་ལ་བྱས་ལ་བཙོན་འབྱས་ཀྱིས་སྤྱོད་.....  
 སྤྱོད་ཏེ་གཡེང་བ་ཞི་བར་བྱ་བའོ། །གསུམ་པ་བར་མ་ཆད་པར་འཇུག་པ་  
 ནི། གཡེང་བ་ཞི་བའི་རྒྱུ་ཐོག་དེ་ནས་སྤྱོད་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་





ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སེམས་སྟོང་པ་ཆེན་པོ་མཛོད་པར་འདུ་བ་མེད་པར་  
 རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པར་གྲུབ་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་  
 འཇུག་པ་ནི། ཅི་སྟེ་རྣལ་འབྱོར་པ་སྒྲིམ་པ་གང་གི་ཆེ་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་  
 རྟོན་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསལ་བ་ན་བྱིང་རྟོན་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ནས་ལྷག་  
 མཐོང་གི་ཤེས་རབ་བྱིང་རྟོན་གྱི་ཕྱགས་སུ་མ་ལྷུང་བར་མཉམ་པར་ཞུགས་  
 ཏེ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པའི་སེམས་རང་གི་  
 རང་གིས་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་བྱིང་རྟོན་སེལ་བའི་སྟོང་པ་སྟོང་དེ་བཟང་.....  
 སྟོམས་སུ་བྱའོ། །ལྷ་པ་སྟོང་པ་མེད་དུ་འཛོག་པའི་དགོས་པ་ནི། གལ་ཏེ་སེམས་  
 བྱིང་རྟོན་གྱི་ཕྱགས་སུ་མ་ལྷུང་བར་དམིགས་པ་ལ་སེམས་མཉམ་པར་ཞུགས་  
 པ་ལ་བྱིང་རྟོན་སེལ་བའི་སྟོང་པ་བྱས་པར་དེའི་ཆེ་དཔེ་རི་དྲགས་དཀྱོགས་  
 པ་ལྟར་དཔེ་སེམས་དཀྱོགས་ནས་རྣམ་པར་གཡེང་བར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་  
 སྟོང་པ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྟོན་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་སྟོན་  
 པས་སེམས་བྱིང་བར་གྱུར་པ་ལ་ནི་དུན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་རྟོན་  
 སེལ་བའི་སྟོང་པར་མ་བྱས་ན་དེའི་ཆེ་ཤིན་ཏུ་བྱིང་བས་ལྷག་མཐོང་གི་.....  
 དམིགས་རྣམ་གསལ་བ་མེད། སེམས་ཅིར་ཡང་མི་མཐོང་བ་དཔྱད་ཡོང་  
 བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །སེམས་བྱིང་ན་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུས་ན་སེམས་  
 བྱིང་བར་གྱུར་ན་སེལ་བའི་གཉེན་པོ་བཅའ་བར་བྱའོ། །འོ་ན་གོང་དུ་བྱིང་  
 རྟོན་སེལ་བའི་གཉེན་པོ་ལ་སྟོང་པ་མ་བྱས་ན་སེམས་གཡེང་བར་འགྱུར་.....  
 བས་སྟོན་དུ་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། བྱིང་རྟོན་གྱི་ཕྱགས་སུ་མ་ལྷུང་  
 བར་སེམས་ཆ་མཉམ་པར་གྱུར་ན་གཉེན་པོ་བཅའ་བར་མི་བྱའོ་ཞེས་པའི་  
 རོན་ནོ། །ལྷག་མཐོང་གི་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་བཟླ་ན་ཟིན་ཏོ། །བཞི་པ་བྱུང་དུ་





འགྲེལ་བའི་ལམ་སྒྲིམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མི་མཉམ་པའི་ཉེས་པ་དང་། མཉམ་པར་སྒྲིམ་པ་དང་། ངལ་བ་སེལ་བའི་ཐབས་དང་། སྐབས་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣལ་འབྱོར་པ་གང་གི་ཆེ་ལྷག་མཐོང་སྒྲིམ་པས་ཤེས་རབ་ཤིན་ཏུ་ཤས་ཆེ་བར་རྟོག་དཔྱད་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ཞི་གནས་ནས་ཤས་ཆེ་བར་གྱུར་པས་རྒྱང་གཡོ་བའི་དབུས་ལ་མར་མེ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཤིན་ཏུ་གཡོ་བར་འགྱུར་ཏེ། རིག་པ་དབྱིངས་ཀྱི་ཐོག་དུ་མི་འཆགས་སོ། །མི་ཆགས་པ་དེའི་ཕྱིར་སྒྲོས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞི་གནས་ཤས་རྒྱང་ན་སྒྲིན་ཡོད་པ་དེ་བས་ན་དེའི་ཆེ་ཞི་གནས་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཞི་གནས་ཤས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གྱུར་ན་ཡང་ལྷག་མཐོང་གིས་ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཕ་བ་ལ་ཡང་རྣམ་པར་དཔྱད་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱ་བ་མི་གསལ་བས་ལྷག་མཐོང་གི་ཤེས་རབ་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་མཉམ་པར་སྒྲིམ་པ་བསྟན་པ་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པ་གང་གི་ཆེ་ཞི་གནས་ཀྱིས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཏོད་ཅིང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པའམ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ནས་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གཉིས་ཀ་མཉམ་དུ་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་ལུས་དང་སེམས་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་འགལ་སྒྲིན་གཞོད་པར་མ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་འབད་རྩོལ་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་མེད་པར་རང་གི་ངང་གིས་ལྷན་གྱིས་བྱུང་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ངལ་བ་སེལ་བའི་ཐབས་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲིམས་པས་ལུས་དང་སེམས་ལ་སོགས་པ་ལ་རུས་པ་བཟད་ནས་ཤིན་ཏུ་སྒྲིབས་གཞོད་པར་གྱུར་ན། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེའི་བར་སྐབས་སུ་ངལ་གསོ་ཞིང་རྗེས་སྐོབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་སྡོད་ཆོད་པར་བྱའོ།





བཅུད་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་མཐའ་དག་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱིག་སྐྱུ་ལྟ་བུ་དང་། མི་  
 ལམ་དང་། རྩ་ཟླ་དང་། མིག་ཡོར་ལྟ་བུར་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པར་ལྟ་  
 བྱིང་། ཡང་འདི་སྐྱུ་ལྟ་བུ་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་ན་གནས་པའི་  
 སེམས་ཅན་འདི་དག་ནི་ཆོས་ཟབ་མོ་སྤྱང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་འདི་ལྟ་བུ་ཁོང་དུ་  
 མ་ཆུད་པས་བདེན་འཛིན་གྱི་འཆིང་བ་ལས་མ་གྲོལ་ཞིང་། བདེན་འཛིན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་བྱུང་སྟེ། འཁོར་བ་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་.....  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་དེ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་བའི་.....  
 ཐབས་སུ་ཆོས་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་བྱའོ་སྐྱུ་ལྟ་བུ་བསམ་ཞིང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་.....  
 དང་ཀུན་རྫོབ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མངོན་དུ་བྱའོ། །སྤྱིང་རྩེ་དང་བྱུང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་རྩེས་དེ་ནས་ངལ་གསོས་ལ་ཡང་སྤར་སྤྱོད་.....  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་.....  
 འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་  
 ལྷག་མཐོང་གི་ངོ་ན་སྤང་བ་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མཉམ་.....  
 པར་བཞག་པར་བྱའོ། །ཡང་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱོམས་པས་  
 སེམས་ཡོངས་སུ་སྐྱོ་བར་གྱུར་ན་སྤར་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྩེས་ཐོབ་དུ་སྐྱུ་  
 མ་ལྟ་བུར་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་དང་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མངོན་དུ་བྱས་ནས་  
 ངལ་གསོ་བར་བྱའོ། །བཞི་པ་སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་བ་ནི། ཞི་གནས་ཀྱིས་  
 དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཏད་ཅིང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་  
 དཔྱད་པ་ལ་མ་བྲལ་བར་འཇུག་པ་ནི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་བྱུང་དུ་.....  
 འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་ལམ་སྟེ། ལྷག་མཐོང་གི་སྐོན་ནས་ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་





རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཞི་གནས་ཀྱི་སྒྲིམ་མིམ་པར་པ་མི་རྟོག་པའི་  
གཟུགས་བརྟན་ལ་དམིགས་པའོ། ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྒྲིམ་པ་བསྟན་  
ཟིན་ཏོ། །གསུམ་པ་དོན་བསྟན་བ་ནི། སྟང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་ནས་འཕྱར་  
པས་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་སྟེལ་མ་དང་། དེ་ནས་ཟུང་འཇུག་དུ་སྒྲིམ་  
པའི་མིམ་པ་འདིས་ཚུ་ཚོད་གཅིག་གམ། མེལ་ཆེ་ཡུན་མེད་དམ། མེལ་ཆེ་  
ཐུན་གཅིག་གི་ཡུན་གྱི་ཚད་དག་གམ་དེ་སྟོང་སྟོང་བ་དང་དུབ་པར་མ་གྱུར་པ་  
དེ་ཅམ་འདོད་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲིམ་ཞིང་དེ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། ཞི་གནས་དང་  
ལྷག་མཐོང་ཟུང་འཇུག་དུ་སྒྲིམ་པ་འདི་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་མི་.....  
འཆོར་བར་འཛིན་ཅིང་ལྷག་མཐོང་གིས་དེའི་གནས་ཚུལ་དོན་དམ་དུ་རབ་  
དུ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ཏེ། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་  
ལས་གཟུང་མེད་རྟོགས་པའི་ནལ་འཕྱར་གྱི་སའི་མིམ་པ་གསུམ་བཤད་པས་  
བསྟན་ཏོ། །སྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་དངོས་གཞི་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

### རྟོག་ཀྱི་མིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་སྒྲིམ་པའི་རྟོག་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་བཞི་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟུ་མ་ཅམ་  
དུ་ཉར་བ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྟོག་རྟོག་ཆེ། ཆོག་ཆེས་སུ་  
སྟུབ་པའི་བྱ་བ། ཆོག་ཀྱི་བྱེད་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། མཉམ་བཞག་  
དུ་ཟུང་འཇུག་སྒྲིམ་པའི་རྟོག་དེ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཐུན་མཚམས་བྱེད་....  
པར་འདོད་ན་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལས་ལངས་ཏེ། སྟེལ་གྱང་མ་བཤིག་པར་དེ་  
མ་ཐག་དུ་འདི་སྟུམ་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་དོན་.....  
དམ་པར་ཏེ་དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་ནམ་པར་དཔྱད་ན་དོ་པོ་...  
ཉིད་མེད་པ་ཡིན་དུ་ཟིན་གྱང་གུན་རྟོག་ཆོད་ཅམ་དུ་རྟོག་ཤེས་ཀྱི་དོར་





རྣམ་པར་གནས་པ་ཉིད་དོ། །ཀུན་རྫོབ་སྤང་ཚིང་ཅམ་ཏུ་ཡང་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་ན་ལས་བསགས་པ་དང་མཐུན་པར་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་.....  
 ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་ལས་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 རི་ལྟར་རྣམ་པར་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་མེད་པ་.....  
 ཉིད་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པའི་ཚུལ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །རི་སྐད་དུ། དངོས་པོ་སྟེ་བ་  
 ཀུན་རྫོབ་ཏུ། །དམ་པའི་དོན་ཏུ་རང་བཞིན་མེད། ཅིས་གསུངས་སོ། །ཀུན་  
 རྫོབ་ཏུ་ཞེས་པ་ནི་འབྲེལ་ངོར་རོ། །དམ་པའི་དོན་ཏུ་ཞེས་པ་ནི་རིགས་པས་  
 དབྱུང་ནའོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པ་ལ་དམིགས་  
 པའི་སྒྲིང་རྩེ་ནི། །ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཡང་དག་པའི་དོན་མ་རྟོགས་  
 པས་བྱིས་པའི་སྒོ་ཅན་འདི་དག་ནི་གནས་ཚུལ་ལ་ངོ་པོ་ཉིད་མེད་པའི་བྱི་.....  
 ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་གནས་ཚུལ་ལ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པར་སྒྲོ་.....  
 འདོགས་པས་སྟེས་བུ་ལམ་ལོག་པ་དག་ཡུལ་ཏུ་སོང་བ་ལྟར་སྒོ་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་གྱུར་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་རབ་ཏུ་རྒྱས་ཏེ་ལས་བསགས་པའི་མཐུས་དུས་  
 ཡུན་རིང་པོར་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་སྤྱིད་པ་ན་ཡོངས་སུ་འབྲམས་པས་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་འདོན་.....  
 པའི་དོན་ཏུ་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་.....  
 ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགེ་བ་ལས་ཡོངས་སུ་ལྷག་པས་སྤྲན་.....  
 མེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། རྫོགས་པའི་རྩེས་དེ་ནས་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོག་མར་རང་གིས་ཐོབ་པར་བྱས་ལ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་.....  
 ལོ་བསྐར་ནས་གདུལ་བྱ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དེ་དག་གིས་ཆོས་ཉིད་ཁོང་ཏུ་.....





རྒྱུད་པར་བྱའོ་སྒྲིམ་ཏུ་བསམས་ལ་ལྷག་པའི་བསམ་པས་ཉེ་བར་གནས་པར་  
 བྱའོ། །གསུམ་པ་དགེ་བའི་ཚོགས་ཇེས་སུ་སྦྱབ་པ་ལ་གཉིས་སྟེ། རྟེན་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཚོགས་ལ་འབད་པ། དགེ་བ་གཞན་ངེ་སྟེད་པའི་ཚོགས་ལ་  
 འབད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟིང་ཇེ་དང་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
 པའི་ཇེས་དེ་ནས་དཔས་སྦྱིལ་མོ་ཀྱང་བཤེག་སྟེ་སྦྱོགས་བརྩུན་བཞུགས་་་་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ངེ་སྟེད་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་གྲུས་  
 པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྦྱལ་བའི་ཕྱག་བྱས་ལ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ལ་ལྷས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་མཚོད་པ་དང་།  
 དག་གིས་ཡོན་ཏན་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་བརྗོད་པའི་བསྟོད་པ་བྱས་ནས་དགེ་  
 བ་རྒྱུད་མི་བླ་བའི་ཡན་ལག་འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་དང་།  
 བྱམས་པའི་སྒྲོན་ལམ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གདབ་པོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། རྟེན་ལ་དམིགས་པའི་ཚོགས་བསགས་པའི་ཇེས་དེ་ནས་མཉམ་  
 བཞག་ཏུ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཇེས་ཐོབ་ཏུ་སྟིང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་པའི་སྟིང་པོ་་་་  
 ཅན་ཏེ་གཙོ་པོར་ལྷུང་ལེན་པར་བྱས་ནས་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་ཏུ་་་་  
 སྦྱིན་པ་དང་པོ་བཞི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བསམ་  
 གཏན་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་ཡན་ལག་མཐའ་དག་སྦྱབ་པ་་་་  
 ལ་མངོན་པར་བཙོན་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་ཚོགས་ཀྱི་བྱེད་པ་བསྟན་པ་ནི།  
 མཉམ་བཞག་ཏུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བསགས་ཇེས་ཐོབ་ཏུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་་་་  
 ཚོགས་བསགས་པ་དེ་ལྟར་ལྷུང་ན་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་བསམ་་་་་  
 གཏན་དེ་སྦྱིན་སོགས་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚོག་དང་ལྷན་པའི་  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་པར་སྦྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་





གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་ངི་སྐད་དུ་རྒྱ་ཆེར་བཀའ་སྤྲུལ་པ་ལྟ་བུའོ་.....  
 ཞེས་ལུང་གི་ལུངས་དགོང་དོ། ལུང་གི་དོན་བཤད་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་དེ་བྱམས་པའི་གོ་ཆ་བགོས་ཤིང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་གནས་སེམས་ཅན་  
 ལ་དམིགས་ཏེ་བཙེ་བའི་རྣམ་པས་གནས་ནས་སྦྱིན་པ་ནས་མ་འདྲེས་པ་.....  
 བཙོ་བརྒྱད་ཀྱི་བར་གྱི་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྡན་.....  
 པའི་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་པར་བརྒྱབས་པས་བསམ་.....  
 གཏན་དུ་བྱེད་དོ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྡན་པ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་དེ་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྡན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་  
 གང་ཞེན། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་སྦྱོད་པ་གང་སྦྱིན་པ་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། ཚུལ་  
 བྱིམས་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། བཟོད་པ་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། མཉམ་རྗེས་  
 གཉིས་ཀའི་གནས་སྐབས་སུ་བཙོན་འགྲུས་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། མཉམ་  
 བཞག་དུ་བསམ་གཏན་དང་མ་བྲལ་བ་དང་། ཤེས་རབ་དང་མ་བྲལ་བ་  
 དང་། སྦྱར་བ་འཇུག་པའི་དུས་སུ་ཐབས་དང་མ་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པའོ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོམ་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

### ཐབས་སྦྱོམ་པའི་རིམ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཐབས་སྦྱོམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། ཐབས་ལ་བརྟེན་པའི་དགོས་པ་དང་།  
 དེ་ཤེས་རབ་ལ་སྟོས་པར་བསྟན་པ། ཟུང་འཇུག་འགྲུབ་པའི་དོན་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་བརྐྱེད་པའོ། །

### ཐབས་ལ་བརྟེན་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྐབ་པ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་  
 མཛད་པ་སྐབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། སྦྱར་བཟོད་པ་དང་། དེ་ལུང་







རིགས་ཀྱིས་སྐབ་པ་དང་། ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་  
 ལུང་དགོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་དོན་དུ་  
 གཟུགས་སྐྱ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལ་འབད་དགོས་པས་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་་་་  
 པར་བྱེད་པ་དང་། རྫོང་བརྩད་ཀྱི་ཁིང་སྦྱང་བ་དང་། ལུས་མཚན་དང་དཔེ་  
 བྱང་དང་ལྷན་པ་དང་། འདུན་པ་དང་ལྷ་ཕྱེ་བཟང་པོ་ལྟ་བུ་གཡོག་འཁོར་  
 མང་པོ་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་སྐྱའི་ཡོན་ཏན་ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་འགྱུར་་་་  
 བའི་ཐབས་སྒྲིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་ལ་ངེས་པར་་་་་་  
 བསྟེན་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་རྫོང་བརྩད་  
 ཀྱི་ཁིང་སྦྱང་བ་དང་། ལུས་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཁིང་ལ་སོགས་པ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་གང་སྤུལ་བ་དེ་རྒྱ་གང་་  
 གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་འགྱུར། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཁིང་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་  
 སོགས་སྒྲིན་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ན། སྒྲིན་སོགས་ཐབས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་ཀུན་ཀྱི་མཚོག་དང་ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་་་་་  
 སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐབས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་ལ་དགོངས་  
 ར་ས་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རྒྱུད་ལས། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་ཐབས་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཀའ་་་  
 སྤུལ་རྟོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་པོ། །ཡུམ་རིང་དུ་ནི་  
 གོམས་པ་ལས། །དེ་ལས་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དག །རབ་དུ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་  
 ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ལས་འབྱུང་དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤེས་རབ་དུ་མ་ཟད་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐབས་ལ་་་་





ཡང་བརྟེན་པར་བྱའོ། །སྤྱང་པ་ཉིད་སྒྲིམ་པ་འབའ་ཞིག་ལྟར་ལེན་པའི་བྱ་  
 བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་དགོང་པ་ནི། སྤྱིན་སོགས་ཐབས་  
 ཀྱི་ཆ་གདོན་མི་བླ་བར་དགོས་པ་དེ་སྤྲད་དུ་འཕགས་པ་ཆོས་བྱེད་ཤིན་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྤྱུལ་ཏེ། བྱམས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཁིང་ཞེས་སོགས་ནས་དེ་དག་ནི་སྤྱིད་པ་ཡོངས་སུ་མ་དག་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་པའི་བར་དུ་དངས་སོ། །ལུང་གི་  
 དོན་བཤད་པ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བྱམས་པ་ཞེས་བོས་ནས། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་ཆར་ཡང་དག་པར་  
 སྦྱབ་པ་འདི་ནི་གཞན་དོན་དུ་རྒྱུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་སྦྱབ་པ་ཡིན་  
 བ། བར་བྱིན་དུག་རྒྱུགས་པར་སྦྱབ་དགོས་པར་བསྟན་པ་དེ་ལ་མ་འོངས་པ་  
 བ་མི་སྤྱིན་པོ་དེ་དག་འདི་སྤྲད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་  
 པ་དུག་གི་ནང་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཁོན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 ཡི། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་མངོན་མཐོའི་  
 རྒྱ་ཅམ་ཡིན་པས་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་འཁོར་བ་ལས་མ་འདས་པས་གཞན་  
 རྣམས་སྤྱད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་བཟེར་ཁིང་། མི་སྤྱིན་པོ་དེ་དག་སྤྱིན་  
 སོགས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་གཞན་དག་སྤྱད་པ་ལ་སྤྱིན་པར་སེམས་སོ། །  
 མ་པམ་པ་ཤེར་བྱིན་ཁོན་ས་ཆོག་པར་སེམས་པ་འདི་ལ་ཅི་སྟུང་དུ་སེམས།  
 ང་སྤྱིན་ཀ་ཤི་ཀའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ཁྲས་སུ་གཙོ་རྒྱུ་ལོ་གསོད་  
 པར་བཅའ་པ་ན་སུག་རོན་བསྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱིར་དུ་རང་གི་ཤ་ཁྲ་ལ་  
 སྤྱིན་པ་དེ་ཤེས་རབ་འཆལ་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། །  
 བྱམས་པས་ལན་གསལ་པ། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་ནི་ཤེས་རབ་འཆལ་པ་མ་





ལགས་སོ་ཞེས་ལན་བཏབ་པོ། །ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་པ།  
 བྱམས་པ་ང་སྟོན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྤྱད་པ་ན་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་  
 པ་དྲུག་ཆར་དང་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་ཚ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གང་དག་.....  
 བསགས་པའི་དགེ་བའི་ཚ་བ་དེ་དག་གིས་ངས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་.....  
 པ་ལ་གནོད་པར་ཐུར་ཏམ། ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱམས་པས་ལན་གསལ་པ།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་པར་ཕྱིན་དྲུག་དང་ལྡན་པའི་དགེ་ཚ་མང་པོ་བསགས་པ་  
 དེས་ཆོགས་རྫོགས་ནས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་གྱི། གནོད་པ་དེ་ནི་མ་ལགས་སོ། །  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྐར་ཡང་བྱམས་པ་ལ་བཀའ་སྒྲུལ་པ། བདུད་བཞི་  
 ལས་རྒྱལ་བས་མ་པམ་པ་ཞེས་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྐལ་པ་.....  
 ཆེན་པོ་དྲུག་ཅུར་ཕྱིན་པའི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་ཞེས་.....  
 པ་སྟེ། ཕྱིན་པ་ནི་ཕྱིན་བྱ་ལ་འདོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཕྱིན་བྱེད་ལ་བརྗོད་དེ།  
 མཛོད་ལས། གང་གིས་ཕྱིན་བྱེད་དེས་ཕྱིན་པ། །ལུས་དང་དག་ལས་སྤྱང་  
 དང་བཅས། ཞེས་སོ། །བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་དྲུག་ཅུར་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པ་རྩལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་བསྐྱབས་ཞེས་པ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི། སྤྱད་འཇུག་ལས། སྤྱང་བའི་  
 སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་པ་རྩལ་ཕྱིན་པར་བརྗོད། ཚེས་པ་ལྟར་  
 རོ། །བསྐལ་པ་ཆེན་པོ་དྲུག་ཅུར་བཟོད་པའི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བསྐྱབས་  
 ཞེས་པ་ལ་བཟོད་པ་ནི་གཞན་གྱི་གནོད་པས་མི་ཕྱེད་པའོ། །བསྐལ་པ་ཆེན་  
 པོ་དྲུག་ཅུར་བཅོན་འགྲུས་ཀྱི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བསྐྱབས་ཞེས་པ་ལ་བཅོན་.....  
 འགྲུས་ནི་དགེ་བ་ལ་མངོན་པར་སྟོན་པའོ། །བསྐལ་པ་དྲུག་ཅུར་བསམ་གཏན་  
 གྱི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བསྐྱབས་ཞེས་པ་ལ་བསམ་གཏན་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་.....  
 དངོས་གཞིས་བསྐྱས་པའི་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉིང་དེ་འཛོན་དང་བཅས་.....







གཉིས་ལ་སྒྲིམ་པའི་དོན་སྐབ་པ། སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལྟ་བུ་ཡང་མུ་སྟེགས་པ་དང་ཉན་  
 རང་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འཇུག་པས་སོ། །མུ་  
 སྟེགས་ཅན་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལྟ་བུ་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་  
 ལས་གཞན་དུ་གྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་མུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལྟ་བུ་ནི།  
 དེ་དག་གི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་  
 བདག་གིར་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པས་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། བདག་  
 མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བ་དེ་ལྟ་བུས་ན་མུ་སྟེགས་ཅན་དེ་དག་  
 གི་ལམ་གྱིས་ཐར་པ་མི་འཐོབ་པོ། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ནི་རྟོགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ཐབས་དང་མི་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དོན་དུ་འཁོར་  
 བར་དངོས་སུ་འཇུག་ཀྱས་ཀྱི་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྲལ་བས་སོ། །ཐབས་དང་  
 མི་ལྡན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཉན་རང་དེ་དག་གཞན་དོན་གྱི་བསམ་པ་སྤངས་པ་  
 རྣམས་མཐའ་གཅིག་དུ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་གཞིལ་བར་འགྱུར་རོ། །བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ནི་སྟིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་  
 སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་པར་འདོད་དེ། ཐབས་  
 ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་བྱུང་དུ་འཇུག་པས་སོ། །ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན་  
 པ་དེ་བས་ན་སྟིང་ཞི་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་འཐོབ་  
 གྱེ། སྟིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་འཁོར་བའི་རྩ་བ་  
 བདག་འཛིན་བཅད་པས་འཁོར་བར་མི་ལུང་ལ། སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སོགས་  
 ཐབས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་



མི་ལུང་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་ལ་སྟོས་པའི་ལུང་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཐབས་ཤེས་བྱང་འཇུག་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན།  
 འཕགས་པ་ག་ཡ་གོ་རིའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་  
 བྱི་མདོར་བསྟན་འདི་གཉིས་ཏེ། གཉིས་གང་ཞེན་འདི་ལྟ་སྟེ། ཐབས་དང་  
 ཤེས་རབ་པོ་ཞེས་བཀའ་སྟུལ་ཏོ། །འདིས་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཐབས་ཤེས་  
 བྱང་འཇུག་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པ་དཔལ་མཆོག་དང་པོ་ལས་  
 ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྩལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཐབས་ལ་མཁས་ལ་  
 མཁས་པ་ནི་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཀའ་སྟུལ་ཏོ། །འདིས་ནི་བྱ་སྐྱེ་བ་པ་མ་  
 གཉིས་ལ་སྟོས་པ་བཞེན་བྱ་རྒྱུ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་  
 ཀ་ལ་སྟོས་དགོས་པར་བསྟན་ཏོ། །གཉིས་ཀ་འཕགས་པ་བྱི་མ་མེད་པར་  
 གཤམ་པས་བསྟན་པ་ལས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་འཆིང་  
 བ་ནི་གང་། ཐར་པ་ནི་གང་ཞེན། ཞེས་པ་ནས་བཀའ་སྟུལ་ཏོ་ཞེས་པའི་  
 བར་རོ། །འདིའི་དོན་ནི། སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 དང་། སྐྱིན་སྟགས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་མེད་པར་སྟིང་པར་ལྟ་དང་མའི་འགྲོ་བའི་  
 སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཆིང་བའོ། །སྟང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྟོན་སྟངས་སྟིང་རྩེས་སྟིང་པའི་འགྲོ་  
 བར་འགྲོ་བ་ནི་ཐར་པའོ། །ཡང་ཐབས་སྟིང་རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་སྟང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཙམ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འཆིང་བའོ། །  
 ཡང་སྟིང་རྩེ་དང་སྐྱིན་སྟགས་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཤེས་རབ་ནི་འཆིང་བ་...  
 ལས་ཐར་པའོ། །སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་ཐབས་ཀྱི་  
 ཆ་འབའ་ཞིག་ནི་འཁོར་བའི་རྒྱ་བྱེད་པས་འཆིང་བའོ། །སྟང་ཉིད་རྟོགས་



པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐབས་སྟོང་རྗེ་སྟགས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་  
 དཔའི་ཐར་པའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །གསུམ་པ་གཉིས་ཀྱི་ལ་སྟོན་པའི་དོན་  
 སྐབས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐབས་དང་བྲལ་བ་འཆིང་བར་སྐབས་པ་དང་། ཤེས་  
 རབ་དང་བྲལ་བ་འཆིང་བར་སྐབས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། འཆིང་བའི་  
 དོན་དང་། དེའི་གཉེན་པོ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐབས་ལ་མ་བརྟེན་པར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 ཙམ་ཞིག་བསྟེན་ན་ནི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་པར་འདོད་པའི་དམན་  
 པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པར་ལྷུང་བས་བྱང་སེམས་ལ་སྟོན་ཏེ། ཐར་པ་ལ་  
 གེགས་བྱེད་པའི་འཆིང་བ་བཞིན་དུ་འགྱུར་ཏེ། མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པའི་གོ་འཕང་སྟོབ་པའི་སྟོན་ནས་སྤྱིད་ཞི་ལས་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 ཐབས་ཤེས་བྱུང་འཇུག་དུ་བསྟེན་པར་མ་བྱས་ན་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་འདས་  
 མི་འཕྱོང་བ་དེ་བས་ན་ཐབས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟགས་དང་བྲལ་བའི་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཙམ་ཀྱིས་ནི་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་འདས་མི་འཕྱོང་  
 པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་འཆིང་བའོ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་བཤད་  
 རོ། །གཉིས་པ་ནི། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བསྟེན་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 ལྟགས་པས་ཤིན་དུ་ཉེན་པའི་གང་ཟག་གིས་གང་བ་སེལ་བ་ལ་མེ་བསྟེན་  
 དགོས་པ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྟགས་པས་ཉེན་པའི་གང་བ་  
 སེལ་བའི་ཐབས་བཞིན་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་ལྟགས་པ་ཙམ་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་དུ་ཐབས་དང་བཅས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་གཙང་པའི་  
 དོན་དུ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་ཡི་ཉན་ཐོས་བཞིན་དུ་མཚན་  
 མེད་འབའ་ཞིག་མངོན་དུ་ནི་མི་བྱ་སྟེ། དེས་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་འདས་མི་





འཛོལ་པས་སྟོ། །གསུམ་པ་ནི། འཕགས་པ་ཚལ་བརྩུ་པའི་མདོ་ལས་རི་སྐད་  
 ཏུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་པ་ནས་བཀའ་བསྐུལ་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་པའི་བར་རོ། །  
 ལུང་གི་དོན་བཤད་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་གྲང་བས་ཉེན་པའི་མི་ལ་ལ་  
 ཞིག་མེ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་ཟག་དེ་མེ་དེ་དོན་ཏུ་གཉེར་  
 བས་མེ་ལ་བསྟི་སྟངས་སྟེ་ཅིས་སུ་བྱེད། སྤྱི་མར་བྱེད་ཀྱང་གང་ཟག་དེ་འདི་  
 སྟམ་ཏུ་གང་ཟག་དེ་མེ་དེ་ལ་བསྟི་སྟངས་བྱས་སྤྱི་མར་བྱས། རི་མོར་བྱས་ཀྱིས་  
 མེ་འདི་ལ་གུས་པའི་ཆེད་ཏུ་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཟུང་བར་བྱའོ་སྟམ་ཏུ་མི་  
 སེམས་སྟོ། །དེ་མི་སེམས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མེ་ལ་རེག་པའི་གཞི་དེ་ལས་  
 བདག་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ལམ། སེམས་ཡིད་མི་བདེ་བར་འགྱུར་ཏུ་འོང་  
 སྟམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེ་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་བདེན་འཛིན་གྱི་ཚ་བ་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱོད་བའི་གཉེན་པོ་སྟམ་  
 པས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་བསམ་པ་ཅན་ཡང་ཡིན་ལ། ཟུང་ན་ལས་  
 འདས་པ་མངོན་ཏུ་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཟུང་ན་ལས་འདས་  
 པ་མངོན་ཏུ་བྱས་པའི་གཞི་དེ་ལས་བདག་སྤྱི་མེད་རྒྱལ་པའི་བྱང་ཚུབ་  
 ལས་ཕྱིར་ཞོག་པར་འགྱུར་ཏུ་འོང་དོ་སྟམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཤེས་  
 རབ་དང་བལ་བས་འཆིང་བར་སྐྱབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཐབས་ཀྱིས་འཆིང་  
 བའི་དོན་དང་། དེའི་གཉེན་པོ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རོ། །དང་པོ་ནི།  
 ཤེས་རབ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཐབས་ཅམ་འབའ་ཞིག་བསྟན་ན་ཡང་སྤྱོད་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་པས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་ས་  
 ལས་མི་འདའ་བས་འཁོར་བ་ཉིད་ཏུ་ཤིན་ཏུ་བཅིངས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །  
 གཉིས་པ་དེའི་གཉེན་པོ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་ན་སོ་







སྒྲིམ་པ་ལས་འདའ་བར་མི་རྣམས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཐབས་ཤེས་རབ་དང་.....  
 བཅས་པ་བསྟེན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་དཔེའི་སྒྲིམ་པ་ལྟོན་པ་འདི་ལྟར་རྒྱག་  
 རྒྱགས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་རྒྱག་བཞིན་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་པའི་ཟག་པ་དང་། སྲིད་པའི་ཟག་པ་ཡང་སྟོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་རྒྱ་བསྐྱམས་ན་སྒྱག་བསྐྱེད་གཅོད་པར་འགྱུར་བའི་བརྟུང་  
 མེར་འགྱུར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མངོན་པར་མཐོ་  
 བའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་ཅན་སྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་གང་  
 ཡིན་པ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་.....  
 ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཏེ། གདོན་མི་བཟ་བར་བྱང་ཆུབ་  
 ཆེན་པོའི་རྒྱ་བྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ནི། འཕགས་པ་དཀོན་  
 མཆོག་ཆེགས་པ་ལས་ངེས་དུ། འོད་སྤངས་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱགས་  
 དང་སྒྲན་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟིན་པའི་རྒྱག་གིས་ནི་འཆི་བར་བྱེད་མི་རྣམས་སོ། །  
 དེ་བཞིན་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 ཡོངས་སུ་ཟིན་པས་ཀྱང་ལོག་པར་ལྟར་བར་བྱེད་མི་རྣམས་སོ། །ཞེས་བཀའ་  
 ལྷལ་ཏོ། །ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀ་ལ་སྟོས་པའི་དོན་བསྐྱབས་ཟིན་ཏོ། །བཞི་པ་  
 སྐབས་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་ནི། ཆོགས་གཉིས་བྱང་འབྲེལ་རྒྱ་བསྐྱབས་ན་བྱང་  
 ཆུབ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཆོགས་སུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུས་ན་གང་གི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་.....  
 སེམས་དཔའ་ཐབས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་དོན་རྒྱ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་  
 ཡོངས་སུ་མི་འདོར་བ་དེའི་ཕྱིར་ལྷ་དན་ལས་འདས་པར་མི་ལྟར་དོ། །གང་  
 གི་ཕྱིར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བདེན་པར་འཛིན་.....





པའི་དམིགས་པ་མཐའ་དག་སྤང་བ་དེའི་ཕྱིར། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
 འཁོར་བར་མི་ལུང་སྟེ། འཁོར་འདས་གྱི་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པ་དེ་བས་ན་  
 མི་གནས་པའི་ཐུང་བ་ལས་འདས་པ་སྤངས་ཤིགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱུས་ཉིད་འཛོལ་པའོ། །ཐབས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྲོད་ཞི་ལ་མི་ལུང་བ་  
 དེ་བས་ན་འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མངོན་ལས་བཀའ་སྒྲུལ་ཏྲོ་ཞེས་བྱའོ། །  
 དེའི་དོན་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་སྤང་ཉིད་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 ཀྱིས་ཡང་དག་པའི་དོན་བདག་མེད་རྫོགས་པའི་ཤེས་པས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ཡོངས་སུ་འདྲོར་རོ། །ཐབས་ཀྱི་ཤེས་པས་ནི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀས་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་ངོ་ཞེས་པའོ། །  
 འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་ཐབས་ཀྱི་ཆ་མ་ཆང་  
 བས་སངས་རྒྱུས་མི་འཛོལ་པར་བཀའ་སྒྲུལ་ཏྲོ། །རི་ལྟར་ཞེན། གཞན་དོན་  
 མཐོང་ན་རང་དོན་དོར་ནས་གཞན་དོན་ཏུ་སྦྱེ་བ་སྦྱེད་མོས་ཆལ་ལྟ་བུར་ལྟ་  
 དགོས་པ་ལས། གང་དག་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་ཡོངས་སུ་མི་སྦྱགས་པ་དང་།  
 སྤྲོད་རྗེས་གཞན་དོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འདུ་བྱེད་མངོན་པར་འདུ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་སྦྱགས་པ་ནི་སྤྲོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཏུ་སངས་རྒྱུས་ངས་ལྟང་མ་བཤམ་ཏྲོ་ཞེས་པའོ། །ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་  
 བྲལ་གྱིས་སངས་རྒྱུས་མི་ཐོབ་པ་དེ་ལྟ་བས་ན་གང་དག་གཞན་དོན་སངས་  
 རྒྱུས་ཉིད་ཐོབ་པར་མངོན་པར་འདྲོད་པས་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀ་  
 མཉམ་པར་བསྟན་པར་བྱའོ། །

རྒྱུད་འབྱུག་འགྲུབ་པའི་དོན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་རྒྱུད་འབྱུག་འགྲུབ་པའི་དོན་ལ་གསུམ་སྟེ། གནས་སྐབས་ཀྱིས་





རབ་ཏུ་ཕྱེ་བ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་བ། དེ་དག་གི་ཡུང་གི་ཁྱད་ས་  
 དགོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་གཅིག་ཡོད་  
 པའི་རྒྱས་སུ་གཅིག་མེད་པས་རི་ལྟར་བྱུང་འཇུག་ཏུ་འགྱུར་ཞེ་ན། ཐབས་  
 དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མཐོང་ལམ་  
 ཡན་ཆད་ཀྱི་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲིམ་མ་  
 པའི་གནས་སྐབས་སམ། ས་སྒྲེའི་སྒྱུར་ལམ་དུ་ཤིན་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་  
 བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཚུབ་མ་  
 ཀྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་ཐབས་ལ་དངོས་སུ་བསྟེན་པ་མི་འབྱུང་དུ་བྱིན་ཀྱང་  
 ཉིང་རེ་འཇིན་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་སྒྱུར་བ་དང་དེའི་རྗེས་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་  
 གང་འབྱུང་བ་དེའི་ཆེ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱས་གཅིག་ཏུ་རྒྱུད་ལ་བསྟེན་མ་  
 པར་འབྱུང་བ་ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་གཉིས་སྒྱུར་བ་དང་  
 རྗེས་ཀྱི་རྒྱས་སུ་གཅིག་ཆར་འཇུག་གོ། །གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་  
 བ་ནི། གཞན་ཡང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་དང་སྒྲིང་རྗེས་གས་ཀྱི་ཐབས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་ལམ་  
 བྱི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཉིང་རེ་འཇིན་སྒྲིམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྱུར་བའི་རྒྱས་སུ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟ་བའི་སྒྲིང་རྗེས་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་བྱིན་པས་མ་  
 ཀུན་ནས་བསྐང་ནས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མཉམ་བཞག་གི་ལམ་ལ་  
 བརྟེན་པས་རྒྱུད་གཅིག་ལ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པ་དང་། མཉམ་བཞག་ལས་  
 ལངས་པའི་ཐབས་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་ན་ཡང་སྒྱུ་མ་མཁལ་སྒྱུ་མ་ལ་མ་  
 མཛོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་མ་  
 པའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་པས་བྱིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཁོ་ནའི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་





ཕ་ལ་བརྟེན་པས་བྱུང་དུ་འཇུག་པས་ན་བྱུང་འཇུག་མི་འགྲུབ་པའི་ཉེས་པ་  
 མེད་དོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་ཡུང་གི་ཁྱུངས་དགོད་པ་ལ་བཞི་ལས་དང་པོ་  
 བློ་འཕགས་པ་སྒྲོ་གྲོས་མི་བྱུང་པས་བསྟན་པ་ལས་རི་སྐད་དུ། རྒྱ་ཆེར་  
 བཀའ་སྩལ་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་སྒྱུར་རོ། །ཡུང་གི་དོན་ནི་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
 གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐབས་ནི་གང་། ཤེས་རབ་  
 མངོན་པར་སྒྲུབ་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སྒྱུར་  
 པའི་དུས་ན་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་བུས་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་.....  
 དམིགས་པ་ལ་སེམས་ཉེ་བར་འདོགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་  
 ཐབས་སོ། །གང་གི་ཕྱིར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་དུས་ན་སྒྲོས་པ་ཞི་བ་དང་།  
 རབ་དུ་ཞི་བར་སྒྲུམས་པར་འཇུག་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་.....  
 ཤེས་རབ་པོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་སྟེ་མཉམ་གཞག་གི་སྒྱུར་དངོས་རྩིས་....  
 གསུམ་གྱི་ཐུན་གཅིག་ལ་ཐབས་ཤེས་བྱུང་དུ་འཇུག་པར་བསྟན་ཏོ། །ཡུང་  
 གཉིས་པ་ནི། བདུད་བདུལ་བའི་ལེའུ་ལས་ཀྱང་བཀའ་སྩལ་ཏེ། ཐབས་ཤེས་  
 བྱུང་འབྲེལ་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་  
 མཉམ་བཞག་གི་སྒྱུར་བ་ཡང་དག་པུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ནི། སྒྲིང་རྩེ་ཆོག་གས་པའི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་པས་མངོན་པར་ཞེན་པའམ། བདེན་པར་འཛིན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་མངོན་པར་བརྩོན་པར་ཡང་མི་བྱེད་ལ། སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་  
 ཐབས་ཀྱི་ཤེས་པས་དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བརྩོན་འགྲུས་དྲག་པོས་སྤྱད་  
 པ་ཡང་སྒྱུར་བ་དང་། ཤེས་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་ལས་བདག་མེད་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་མེད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གནས་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིག་མེད་  
 པ་དང་། གཟུགས་སོགས་ལ་ཁོངས་སྒྱུད་པའི་གསོ་བའི་བདག་མེད་པ་དང་།





གང་ཟག་མེད་པར་ཚས་རྣམས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྲུང་བ་ཙམ་ཟད་་་་  
 པར་ཡང་སྒྱུར་ལ། ཐབས་ཀྱི་བྱེད་པ་ཤེས་པས་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་ཡང་སྒྱུར་བ་གང་ཡིན་པའོ་ཞེས་སྒྱ་ཆེར་་་་་་  
 འབྲུང་ངོ་ཞེས་བཤད་དོ། །འདིས་ནི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པ་བྱུང་དུ་  
 འཇུག་པར་བསྟན་ཏོ། །ཡུང་གསུམ་ལ། འཕགས་པ་ཚས་ཐམས་ཅད་ཡང་  
 དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། དཔེར་ན་སྐྱུ་མའི་མཁན་པོ་ཞིག་ཅེས་  
 པ་ནས་འབྲུང་ངོ་ཞེས་པའི་བར་དུ་གསུངས་སོ། །དེའི་དོན་ནི། དཔེར་ན་སྐྱུ་  
 མའི་མཁན་པོ་ཞིག་གིས་སྤུལ་པ་བྱས་ནས་སྤུལ་པ་དེ་གཞན་གྱིས་བཅིང་་་་་་  
 བར་བྱ་བའི་ཚུལ་དུ་བསྟན་ནས་འཆིང་བ་ལས་ཐར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་་་་་  
 བཙོན་པ་དེས་ནི་འཆིང་གོལ་གྱི་ཚུལ་སྤྲ་ནས་སྐྱུ་མ་དེ་ཤེས་པས་སྤུལ་པ་དེ་་་་  
 ལ་ཆགས་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་འདོད་ཁམས་  
 ལ་སོགས་པའི་སྤྱིད་གསུམ་སྤུལ་པ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་སོ། །གང་གིས་ན་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་་་་་་  
 དཔས་སོ། །སྤྱིད་གསུམ་སྤུལ་པ་དང་འདྲ་བར་མ་ཤེས་པའི་འགྲོ་བའི་ཆེད་  
 དུ་བཙོན་པས་གོ་བཤོས་ཏེ། འགྲོ་བ་སྤྲ་ནས་སྤུལ་པ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་ཏེ་  
 འོན་ཀྱང་གང་གི་ཆེད་དུ་བཙོན་པས་གོ་བཤོས་པའི་འགྲོ་བ་སྤུལ་པ་དེ་ལྟ་་་་  
 བྱུང་སྤྲ་ནས་ཤེས་ཞེས་པའོ། །འདིས་ནི་འགྲོ་བའི་ཆེད་དུ་གོ་བཤོ་བའི་  
 ཐབས་དང་། འགྲོ་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་བྱུང་འཇུག་  
 དུ་བསྟན་ཏོ། །ཡུང་བཞི་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་  
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སུ་འདུས་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཤེས་་་་  
 རབ་དང་ཐབས་ཀྱི་ཚུལ་ཁོན་སྤྱོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་མཛད་་་་





ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་དྲོ། །གང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་དེའི་སྤྱོད་བས་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པས་ན་འཁོར་བ་ན་གནས་པ་  
ཡང་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་སྤྱོད་བས་ན་ཐུང་ན་  
ལས་འདས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །

### བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བས་བསྐྱེད་པ་བསྟན་པ།

བཞི་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་བས་བསྐྱེད་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་ལམ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱང་འཇུག་ཁོན་ན་སྐབ་དགོས་པ་དེ་ལྟར་  
ན་སྤྱོད་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། སྤྱོད་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པོ་ཅན་  
ཀྱི་དགོ་བའི་ཙ་བ་དཔག་རྒྱ་མེད་པ་བསགས་ནས་གཞན་དོན་རྒྱ་ན་མེད་  
པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྒྱ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཐབས་གོམས་པར་བྱས་ལ་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་མཉམ་བཞག་གི་  
ཡེ་ཤེས་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་ལྡན་ཞི་  
གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་སྒྲོམ་ཚུལ་བསྟན་པ་བཞིན་རྒྱ་རྒྱས་ཏག་པར་རང་  
གི་ཁམས་ཀྱི་རྒྱས་པ་དང་སྤྱོད་ནས་རྒྱས་རྒྱས་སུ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་  
གི་སྤྱོད་བ་ལ་ཅི་རྒྱས་སུ་སྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་གཉིས་ཀྱིས་ནལ་འབྱེད་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འབྱུང་རོ། །མཉམ་རྗེས་གཉིས་ཀ་དོན་དང་ལྷན་པར་  
སྐབ་དགོས་པ་ཡང་འཕགས་པ་སྤྱོད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ལས་  
གསུངས་ཏེ། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་སྤྱོད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པ་སྒྲོམ་  
པས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་  
དེ་ཉིད་ནས་པན་ཡོན་ཇི་སྐད་རྒྱ་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་རྒྱ་སྤྱོད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་  
དག་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་ཉེ་བར་གནས་པའི་དྲན་པས་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱས་ཐམས་





ཅད་དུ་ཚུམ་པ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་གཉིས་སུ་སྒྲོབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
 གོམས་པར་བྱའོ། སྤྱིད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཐབས་གང་ཞེན། བྱང་  
 རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བྱིམ་གྱི་ནང་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་ཐར་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་  
 བྱར་ཐོབ་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་དོ། ཉལ་བའི་ཆེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
 ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཐོབ་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། རྗེ་ལམ་བྱང་ན་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རྗེ་ལམ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། གཉིད་སང་པའི་  
 ཆེ་མ་རིག་པ་ལས་སང་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། ལྡང་བའི་ཆེ་སངས་  
 རྒྱལ་གྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་ཐོབ་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་དང་། གོས་ཀྱིན་པ་ན་ངོ་ཆ་  
 དང་ཁྱེལ་ཡོད་ཀྱི་གོས་ཀྱིན་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། སྒྲེ་རགས་འཆིང་  
 བའི་ཆེ་དགེ་བའི་ཅ་བ་དང་འབྲེལ་བར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། ལྟན་ལ་  
 འཇུག་པའི་ཆེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་རྩོམ་གདན་ཐོབ་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་  
 པ་དང་། རྒྱལ་རྟེན་པའི་ཆེ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཤིང་ཐོབ་པར་ཐུར་ཅིག་ཅེས་པ་  
 དང་། མེ་གཏོང་བའི་ཆེ་ཉྑན་མངས་པའི་བྱུང་ཤིང་བསྐྱེད་པ་དང་། མེ་  
 འབར་བའི་ཆེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་འབར་བ་དང་། གཡོས་ཟུན་པའི་ཆེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 བསྐྱེད་ཅི་ཐོབ་པ་དང་། ཟས་ཟ་བའི་ཆེ་བསམ་གཏན་གྱི་ཟས་ཐོབ་པ་དང་།  
 བྱིར་འགྲོ་བའི་ཆེ་འཁོར་བའི་གྲོང་བྱིར་ལས་ཐར་བ་དང་། སྐས་ལ་འབབས་  
 པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་། སྒྲོ་འབྱེད་པའི་  
 ཆེ་ཐར་པའི་གྲོང་བྱིར་གྱི་སྒྲོ་འབྱེད་པ་དང་། སྒྲོ་གཙོང་པའི་ཆེ་ངན་སོང་  
 གསུམ་གྱི་སྒྲོ་གཙོང་པ་དང་། ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་འཕགས་པའི་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པ་དང་། ཀྱུན་ལ་འགྲོ་བའི་ཆེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐོ་རིས་ཀྱི་  
 ས་ལ་འགོད་པ་དང་། ཐུར་ལ་འབབས་པའི་ཆེ་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་རྒྱན་





གཙོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་དང་ཕྱད་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་མཇུག་པ་དང་།  
 ཀླང་པ་འཛོག་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལ་སྟོན་པ་དང་།  
 ཀླང་པ་འདེགས་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ལས་འདོན་པ་དང་། རྒྱན་  
 དང་ལྷན་པར་མཐོང་ན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་ཐོབ་པ་དང་།  
 རྒྱན་མེད་པར་མཐོང་ན་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་དང་། རྟོད་གང་  
 བ་མཐོང་ན་ཡོན་ཏན་གྱིས་གང་བ་དང་། རྟོང་པ་མཐོང་ན་སྦྱོན་གྱིས་  
 རྟོངས་པ་དང་། སེམས་ཅན་དགའ་བ་མཐོང་ན་ཆོས་ལ་དགའ་བ་དང་། མི་  
 དགའ་བ་མཐོང་ན་འདུས་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་དགའ་བ་.....  
 དང་། སེམས་ཅན་བདེ་བ་མཐོང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ཐོབ་  
 པ་དང་། སྤྱག་བསྐུལ་བ་མཐོང་ན་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ཞི་བར་བྱེད་  
 པ་དང་། བྱད་པ་མཐོང་ན་བྱད་ལས་གྲོལ་བ་དང་། དྲིན་རུ་བཟོ་བར་མཐོང་  
 བ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་དྲིན་ལན་སྟོན་པ་  
 དང་། དྲིན་རུ་མི་བཟོ་བ་མཐོང་ན་ལྟ་བུ་ལ་སྟོགས་པ་དྲིན་རུ་མི་བཟོ་བ་  
 དང་། རྟོལ་བ་མཐོང་ན་པས་ཀྱི་རྟོལ་བ་ཆར་གཙོད་པ་དང་། བསྟོད་པ་  
 མཐོང་ན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྟོད་པ་  
 དང་། ཆོས་ཀྱི་གཏམ་བྱེད་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་པ་ཐོབ་པ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱ་གཞུགས་མཐོང་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ལ་.....  
 སྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་། མཚན་རྟེན་མཐོང་ན་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚན་  
 རྟེན་རུ་འགྱུར་བ་དང་། ཆོང་བྱེད་པ་མཐོང་ན་འཕགས་པའི་རྟོར་བརྟན་  
 ཐོབ་པ་དང་། ཐུག་འཆལ་བ་མཐོང་ན་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་  
 སྤྱི་གཙུག་བཟུར་མི་མདོན་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་ལ་སྟོགས་པ་









པའི་བག་ཆགས་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་བཤད་དེ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་  
 སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོག་ཏུ་ལུས་ལ་ཡང་ནད་ཀྱིས་མི་ཐེབས་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་ཡང་བྱེད་པའི་འབྲས་བུར་སྦྱར་རོ། །ཡང་སྦྱོས་བུ་བྱེད་  
 པའི་འབྲས་བུ་རུས་ཐམས་ཅད་ཏུ་ཡང་ལུས་ལ་བདེ་བ་དང་ཡིད་ལ་བདེ་བ་  
 ཤིན་ཏུ་མང་བར་འགྱུར་རོ། །སྦྱོབ་མང་པོ་ལ་ཡིད་སྤྱད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཡང་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པས་ན་སེམས་ལས་སུ་.....  
 རུང་བའི་མཆོག་ཏིང་ངེ་འཛིན་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་.....  
 འགྱུར་རོ། ཏིང་ངེ་འཛིན་མཆོག་ཐོབ་པ་དེས་ན་རྩ་འཁྱུ་འཕྲུལ་གྱི་མདོན་པར་  
 ཤེས་པ་དང་། ལྷའི་ན་བའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མདོན་པར་  
 ཤེས་པ་རྒྱག་དང་། ཤའི་སྦྱན་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་མང་པོ་  
 འཐོབ་པོ། །སྦྱན་དང་མདོན་ཤེས་ཐོབ་པ་དེ་ནས་དེ་དག་གི་བྱེད་པས་རྩ་  
 འཕྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་པ་དག་ཏུ་སོང་ནས་  
 སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་བྱེད་དོ། །སངས་རྒྱས་  
 བཙུན་ལྷན་འདས་དེ་དག་ལ་ཆོས་ཀྱང་ཉན་ཏོ། །འཆི་བའི་ཆེ་ཡང་གདོན་  
 མི་བྱ་བར་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་མཐོང་བར་.....  
 འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་སྦྱོབ་གཞན་ཏུ་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུ་ནི། ཡང་བདག་  
 པོའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་མི་འབྲལ་བའི་  
 དུལ་ཏུ་སྦྱོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རིགས་དང་འབྱོར་པ་ཁྱད་པར་ཏུ་འཕགས་པའི་  
 ཁྱིམ་ཏུ་སྦྱོབ་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་དེས་ན་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་འབད་ཚོལ་  
 ཆེན་པོ་མི་དགོས་པར་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་.....  
 རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །བདག་པོའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་དང་། གཡོག་





འཁོར་ཤིན་ཏུ་མང་བར་འགྱུར་རྒྱུ། །སྒྲིམ་བྱ་བྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་ལྷང་དང་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པ་ལ་ཤེས་རབ་རྣམས་ཆོས་སྟོན་པའི་སྒྲིམ་ནས་གདུལ་.....  
 བྱའི་སྒྲིམ་པོ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པར་ཡང་འགྱུར་རྒྱུ། །ཆེ་རབས་  
 ཐམས་ཅད་ཏུ་སྒྲིན་གྱི་ཆེ་རབས་ཏུ་མ་ལ་རྗེས་སུ་བྲན་པར་ཡང་འགྱུར་རྒྱུ།  
 དེ་ལྟར་ན་ཆོགས་ལམ་དང་སྦྱར་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་ཡོན་ཏན་.....  
 ཆོད་མེད་པ་ཐོབ་པ་མདོ་གཞན་དག་ལས་འབྱུང་བ་ལས་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པར་  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འབྲས་བྱ་ལ་གཉིས་རྒྱུ། །  
 པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱབ་བའོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ་སྟེ། མཐོང་ལམ་ས་དང་  
 པོ་ཐོབ་པ་དང་། སྒྲིམ་ལམ་ས་ལྷག་མ་དགུ་ཐོབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་ས་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་ལྷང་བྲང་བ་དང་། སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཆོད་ཏུ་འབད་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཆོགས་ལམ་  
 དང་སྦྱར་ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་ཞུགས་ནས་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཆོད་མེད་པ་.....  
 ཐོབ་པ་དེས་གོང་ཏུ་བསྐྱན་པ་དེ་ལྟར་སྦྱོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་སྦྱོན་སྟགས་.....  
 ཐབས་དང་། ཀྱན་རྫོབ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་སྦྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་  
 སྦྱོང་ལམ་ནམ་པ་བཞིའི་ཏུས་རྟག་ཏུ་སྒྲིམ་པ་དང་། གུས་པར་སྦྱར་བའི་  
 བཅོམ་འགྲུས་ཀྱིས་སྒྲིམ་པ་དང་། རྟག་པར་སྦྱར་བའི་བཅོམ་འགྲུས་ཀྱིས་  
 ཡུན་རིང་ཏུ་བསྒྲོམས་ན་རིམ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་པས་ཤིན་ཏུ་  
 དག་པ་དང་། རབ་ཏུ་དག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྒྲིམ་སྐད་ཅིག་མ་  
 གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པ་འབྱུང་བས་ནམ་འཁྱོར་པའི་སེམས་རྒྱུད་.....  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །གཙུབ་ཤིང་བཙུབས་པ་ལས་བྱུང་  
 བའི་མེས་ཤིང་རིམ་གྱིས་ཟད་པ་ན་གཉིན་པོ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཐེ་ཡང་ངང་གིས་





འགག་པ་དེ་བཞིན་རུ་ཡང་དག་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མཉམ་པར་.....  
 བཞག་ནས་སྒྲིམ་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུར་ན་གཉེན་པོ་ངེས་འབྱེད་....  
 ཆ་བཞིའི་དགག་རྟོག་གི་ཆ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲིའི་རིགས་མཐུན་.....  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་རུ་འགྱུར་ལ། སྟོང་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲོ་རྩེ་གསལ་རྩེ་གསལ་རུ་སང་བས་རྟོག་པའི་ཞེན་ཆ་རིམ་གྱིས་.....  
 འགག་པ་ཉིད་རུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཆེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་སྤར་གྱི་རྟོག་པའི་རྒྱན་གྱི་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་མཐའ་དག་དང་..  
 བུལ་བ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོག་པའི་སྒྲིམ་པ་མེད་པ་ངོ་བོ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་..  
 རྟོགས་པ་སྟེ། འདིའི་རུས་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་མ་བསྐྱབས་པར་རང་གི་ངོ་བོ་  
 རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་དངོས་སྤྱོད་ངོ་བོ། །འདིའི་རུས་སྤྱོད་མཐོང་སྤང་གི་དྲི་མ་  
 མེད་ཅིང་རྣམ་རྟོག་གི་རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་ལ། དཔེར་ན་མར་མེ་རྒྱུད་མེད་པ་  
 གྱུར་པའི་གནས་སྤྱོད་བཞག་པ་བཞིན་རུ་གསལ་ལ་མི་གཡོ་བ་དང་། རྣམ་  
 འབྱོར་མངོན་སུམ་རུ་གྱུར་པས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ཆད་མར་གྱུར་པ་དང་།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་.....  
 མངོན་སུམ་རུ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་སྤར་མ་མཐོང་བ་གསར་རུ་མཐོང་  
 པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་.....  
 འབྱུང་ངོ་བོ། །དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་དངོས་སྤྱོད་བས་དངོས་  
 པོའི་མཐའ་དེ་བཞིན་ཉིད་དངོས་སྤྱོད་དམིགས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རིགས་པས་བརྟགས་ན་མཐར་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་མ་...  
 འདས་པ་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དངོས་པོའི་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་ལ། དེ་མངོན་  
 སུམ་རུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་





རིགས་སུ་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་རྩེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡོན་ཏན་  
 བརྟེས་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོན་མེད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 མཐོང་སྤང་གི་སྤྱིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇུག་པ་ལས། འདི་ནི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་འང་སྐྱེས་པ་ཏེ། འདི་ཡི་ཀུན་ཏུ་སྦྱར་  
 བ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་འགྱུར། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །ཁམས་  
 གསུམ་ཏུ་མི་ལྡོག་པའི་གདེང་ཐོབ་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་...  
 ལས་ལྡོག་པ་ཡིན་ནོ། །རྩོམ་པ་ཉི་ཤས་ཀྱང་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ནས་  
 ངན་སོང་ཏུ་ཕྱིར་མི་ལྡོག། མཐོང་ལམ་ཐོབ་ནས་འཁོར་བར་ཕྱིར་མི་ལྡོག་  
 ཅས་བཤད་དོ། །ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ནི་འདིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆེན་  
 པོ་ལ་དགོངས་པར་མཛོན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཏུ་  
 རྟོགས་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན། འདི་ནི་མཉམ་བཞག་ཏུ་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 བྱེད་པས་རྩེས་ཐོབ་ཏུ་ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་དོ་བོས་སྦྱང་བ་...  
 ཉིད་ཏུ་སོ་སོར་སྦྱོ་འདོགས་ཆོད་པ་ནི་ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བ་རྟོགས་...  
 པའི་དོན་ནོ། །འདིའི་ཏུས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྩ་ལས་ས་དང་  
 པོ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དག་གི་ཕན་ཡོན་རྒྱས་པར་ནི་མདོ་ལྡན་ས་  
 བརྩ་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ། །ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་ཏུ་  
 མཐོང་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་འདི་ལ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་  
 གཏན་ཞེས་བསྟན་ཏེ། གང་ལས་བསྟན་ན། འཕགས་པ་ལ་ལྟར་གཤེགས་  
 པའི་མདོ་ལས་བསྟན་ཏེ། ཇི་སྐད་ཏུ་བསྟན་ན། ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་འདི་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྦྱོས་པ་མེད་པ་རྣམ་...





པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ལ་འཇུག་པའོ། །ཅི་ཙམ་གྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་  
 བརྗོད་ཅེན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་ཀྱང་མི་  
 རྟོག་ཡེ་ཤེས་སུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིས་པ་རྒྱུད་དུ་འཇིག་པ་བཞིན་ནོ། །  
 རྟོག་དཔྱད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །རྟོག་པ་ཉེ་བར་ཞི་བས་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། མིག་སྟགས་དབང་པོ་བཞིན་ནོ། །རྟོག་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ཙམ་  
 གྱིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སྟགས་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་རྟོག་  
 པར་མི་བྱུང་སྐྱམ་པའི་མངོན་བཀྲགས་སུ་འཇིན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་མ་ཡིན་མོ་  
 ཏེ། དེ་ནི་མཆོན་མར་འཇིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནོ། །ཁྱད་པར་ལྷ་པོ་དེའི་ཆ་  
 རས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་བརྗོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དོན་དམ་  
 དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་ཆོས་ཙན་སོ་སོ་ལ་རྣམ་པར་བཀྲགས་ནས་གནས་  
 ཚུལ་ལ་མ་རྟེན་པའི་དོན་ལེགས་པར་བསྐྱེམས་པས་མིང་དོན་གྱི་མཆོན་མ་  
 དང་མ་འདྲེས་པར་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་དོན་མངོན་བྱ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 བརྗོད་དོ། །འོ་ན་མོས་པའི་ས་དང་ས་དང་པོ་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅེན།  
 མོས་པས་སྦྱོད་པའི་ས་ལ་ནི་སྦྱང་པ་ཉིད་དམ་བདག་མེད་ལ་མོས་པའི་  
 དབང་གིས་འཇུག་པར་རྣམ་པར་བཞག་གི། །བདག་མེད་མངོན་སུམ་བྱ་  
 བྱེད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ས་དང་པོ་ཐོབ་ནས་མཐོང་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་བྱུང་  
 བར་གྱུར་ན་ནི་བདག་མེད་པའི་དོན་ལ་མངོན་སུམ་བྱ་བྱགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟ་མའི་སྐབས་འདིར་ནི་རྟོག་གེ་པ་ལྟར་ཡུལ་ཙན་ལ་མངོན་སུམ་བྱ་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེན། མ་སྐྱབས་པའི་ཡུལ་ལ་མངོན་སུམ་བྱ་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་སྦྱང་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ནི་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་





སྒྲིམ་པ་ཙམ་ནི་མིང་སྤྱི་ཙམ་ལུལ་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི།      སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་  
 བདག་མེད་ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་གྲངས་སྤྱི་མི་འགོ་ལོ།      །གཉིས་པ་སྒྲིམ་  
 ལམ་པས་ས་སྒྲིག་མ་དགུ་ཐོབ་པར་བསྟན་པ་ནི།      དེ་ལྟར་ས་དང་པོར་རྒྱུད་  
 པའི་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་འདེ་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་མི་.....  
 འཛིན་པར་བྱིས་སྒྲིང་ཉིད་མངོན་སྤྱི་མཐོང་བེན་སྒྲིམ་པའི་ལམ་ལ་.....  
 འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཉམ་བཞག་གིས་བསྐྱུས་པ་དང་།  
 དེའི་རྗེས་ལ་ཐོབ་པ་དག་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་...  
 དང་ཐབས་ཀྱི་ལམ་མཉམ་རྗེས་གཉིས་སྤྱི་བསྒྲིམས་པས་རིམ་གྱིས་གོམས་.....  
 པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིབ་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སེམས་རྒྱུད་ལ་བསགས་...  
 པ་སྒྲིང་དཀའ་བ་སྤྲ་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྤྲ་བ་རིམ་གྱིས་བྱང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་  
 དང་།      ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཙན་བརྒྱ་སྤྱི་བརྒྱ་གཉིས་དང་།      སྒྲིང་སྤྱི་བརྒྱ་  
 གཉིས་དང་།      འབུམ་སྤྱི་བརྒྱ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གོང་མ་ཐོབ་  
 པར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་ས་གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཡོངས་སྤྱི་སྒྲིང་སྤྱི་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས།      ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྒྲིང་བརྒྱ་དང་།  
 གཉིས་པའི་ཡོངས་སྒྲིང་བརྒྱ་དང་།      ས་གསུམ་པའི་ཡོངས་སྒྲིང་ལྷ་ལ་  
 སོགས་པ་བསྟན་པ་ལྟ་བུས་ཡོངས་སྤྱི་སྒྲིང་བའོ།      །གསུམ་པ་མཐར་ཐུག་གིས་  
 སངས་རྒྱས་འཐོབ་པ་ནི།      ས་བརྒྱ་རིམ་གྱིས་སྒྲིང་བས་འབྲས་བུ་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་ཐོབ་ཀྱི་བར་ལ་ཞུགས་ནས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་...  
 ཡོན་ཏན་གྱི་འབྱུང་གནས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མཆོར་འཇུག་...  
 ཟིན་ཅིང་།      སྤར་ལམ་ཉམས་སྤྱི་སྤངས་པའི་དགོས་པ་ཡོངས་སྤྱི་གྲུབ་པ་  
 སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་ནས་ལམ་ཉམས་སྤྱི་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་མཐར་.....





ཐུག་པ་ཡང་ཐོབ་སྟེ།      སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་ལམ་  
 ཉམས་སུ་སྒྲངས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཟིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་དེ་དག་གི་ཤེས་  
 བྱེད་ཀྱི་ལུང་དང་བ་ནི། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 དང་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།  
 སྦྱིན་སོགས་པ་རྒྱུ་ཏུ་ཕྱིན་པ་གོང་དུ་བསྟན་པ་འདི་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་རིམ་པ་  
 འདི་ཁོ་ནས་བསྐལ་པ་དུ་མར་བསྒྲོམས་ན་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་སྤྱིབ་པས་ཡོངས་  
 སུ་དག་པར་འཕགས་པ་ལྟར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་བཀའ་བསྩལ་  
 ཏོ། །ཀྱང་ནི་མདོ་གཞན་བསྟུན་པའོ། །འཕགས་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་  
 འགྲེལ་པ་ལས་ཀྱང་གསུངས་སོ་ཞེས་སྒྱུར་རོ། །མདོ་དེ་བཤད་པ་ནི། རྣལ་  
 འབྱོར་པས་རིམ་གྱིས་ས་འོག་མ་འོག་མ་རྣམས་ཐོབ་པར་བྱས་ནས་ས་གོང་  
 མ་གོང་མ་རྣམས་སུ་གསེར་གྱི་གཡའ་རགས་པ་རགས་པ་རྣམས་སྤར་སྤྱངས་  
 ལ། སྤ་བ་སྤ་བ་རྣམས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མར་སྦྱོང་བ་ལྟ་བུར་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་རགས་  
 པ་རྣམས་སྤ་མར་སྦྱོང་ལ། སྤ་བ་རྣམས་ཕྱི་མར་སྦྱོང་བའི་རིམ་པས་སྦྱོང་ལ།  
 མཐར་གསེར་གཡའ་མཐའ་དག་གིས་དག་པས་དྲི་མ་མེད་པ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་རྒྱུད་དྲི་མ་མཐའ་དག་གིས་དག་ནས་སྤ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡོན་ཏན་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཐོབ་སྟེ། ཤེས་བྱ་  
 མ་ལུས་པ་མངོན་སུམ་དུ་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པར་འཆང་  
 རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །ལྟ་པ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་གདམས་པ་ནི།  
 སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རབ་དུ་བསྐྱོར་བས་གདུལ་  
 བྱ་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིན་  
 ལས་སྤྱབ་པས་ན་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་གི་འབྱུང་གནས་སུ་བྱུབ་པ་ཡིན་ལ།







འདི་མོས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གྲུས་པའི་དང་པ་བསྐྱེད་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་སྟོབས་བརྩུ་དང་མི་འཇིགས་པ་བཞི་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཡོངས་་་་  
 ལུ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་མཉམ་ཆེས་གཉིས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་་་་་  
 སེམས་དཔའི་ལམ་སྒོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་པར་བྱཏོ། །གང་  
 དང་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིན།  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡོན་ཏན་ཆོད་དང་གྲངས་ཀྱིས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་དེར་ཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་ནི་དགོས་འདོད་་་  
 འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བུ་ལྟ་བུར་འབད་པ་དང་རྣམ་རྟོག་མེད་་་་་  
 བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་ཡོན་ཏན་ཟད་མི་་་་་  
 ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དང་ལྷན་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདུན་པའི་  
 རྩོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་གྲུབ་པས་ན་རྩོན་གྱི་སྒྲོན་པ་དོན་ཡོད་པར་་་་  
 མཛད་ལ་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱགས་ཆེ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ནི་་་  
 བྱུར་ཅིང་། མཛད་པའི་ཕྱིན་ལས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་དུ་གང་ལ་གང་  
 འདུལ་གྱི་ཐབས་སྣ་ཆོགས་པ་དག་དང་། སྤྱི་སྤྱུལ་པ་སྣ་ཆོགས་པ་དག་  
 གིས་ཁམས་གསུམ་ན་གནས་པའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པའི་དོན་རྣམས་པ་ཐམས་་་  
 ཅད་གང་ལ་གང་འོས་སུ་མཛད་པ་དང་། སུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་  
 སུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཆ་ཤས་མ་ལུས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱུར་ཅིང་།  
 སྐྱིབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ཉེས་པའི་དྲ་བ་མཐའ་དག་ནི་་་་་  
 གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་རབ་དུ་བརྟེན་པས་བསལ་ནས། རྣམ་མཁས་ཁྱབ་ཆོད་ཀྱི་  
 སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་པར་ཏེ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་གཞན་གྱི་་་  
 དོན་ལ་བཞུགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱཏོ། །གང་གིས་ན། རྣམ་པར་





དཔྱད་པ་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པས་སོ། །གཉིས་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། སྤྱན་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ནི་སྤྱིང་ཇེ་ཆོན་པོ་དང་། ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་།  
དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན། བཙམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདི་སྤྲད་ཏུ་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །གང་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་ཐབས་སྤྱིང་ཇེ་ཆོན་པོའི་ཚ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། སྤྱིན་སོགས་ཐབས་ཀྱི་མཐར་  
སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱོད་དཔོན་སྤྱུ་སྤྱུབ་ཀྱིས་ཀྱང་རིན་ཆོན་  
ཐེང་བ་ལས། དེ་ཡི་ཚ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། ཁི་དབང་ལྡན་པོ་ལྟར་བརྟན་  
དང་། སྤྱོགས་མཐའ་གཏུགས་པའི་སྤྱིང་ཇེ་དང་། གཉིས་ལ་མི་བརྟེན་ཡེ་  
ཤེས་ལགས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

### བཞི་པ་ཆོས་སྤྱང་བར་གདམས་པ་བསྟན་པ།

བཞི་པ་ཆོས་སྤྱང་བར་གདམས་པ་ནི། གང་ཟག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་  
ནི་ཡོན་ཏན་གྱིས་མི་ངོམས་ཤིང་། ང་རྒྱལ་མེད་པ་གཞན་གྱི་ལེགས་བཤད་  
ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། གང་ཟག་དམ་པ་ཕྱག་དོག་དང་ང་རྒྱལ་ལ་  
སོགས་པའི་དྲི་མ་རིང་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་གང་བའི་མཆོ་  
རྒྱུ་མི་ངོམས་པ་དག་དང་འདྲ་བར་གསུང་རབ་མང་ཏུ་ཐོས་པའི་ཡོན་.....  
ཏན་རྣམས་ཀྱིས་མི་ངོམས་ཤིང་། གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལུང་དང་རིགས་པས་  
རྣམ་པར་སྤྱེ་ནས་ལེགས་པར་བཤད་པ་རྣམས་རབ་ཏུ་བརྩོན་པས་འཛིན་....  
པར་བྱེད་དོ། །དཔེར་ན་བྱ་ངང་པ་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་སྒོས་རྒྱ་དང་འོ་མ་  
རབ་ཏུ་འདྲེས་པ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་བཞིན་གང་ཟག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་  
དེ་ལྟ་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་.....





ཐུགས་སུ་ལྷང་བའི་ཆགས་སྤང་གིས་སེམས་དགུགས་པའི་ཡིད་རིང་དུ་.....  
 སྤངས་ལ་གཟུ་བོའི་སྒྲོས་བྱིས་པ་སྐྱོ་བོ་མཁའ་པས་ཀྱང་ལེགས་པར་.....  
 བཤད་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ཁོ་བོའི་ལེགས་བཤད་འདི་.....  
 ཡང་གཟུ་བོའི་སྒྲོས་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་གདམས་སོ། །

### ལྷ་པ་བཤད་པའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པ་བརྟན་པ།

ལྷ་པ་བཤད་པའི་བསོད་ནམས་བསྐྱེད་པ་ནི། ཞི་བ་བྱང་འདས་ཀྱི་མཐར་  
 མི་ལྷང་བའི་ཐབས་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། ཀྱུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 དང་། སྤྱིད་པ་འཁོར་བར་མི་ལྷང་བའི་ཐབས་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་དབུ་མའི་ལམ་བཤད་པ་ལས་བྱང་བའི་དགེ་བ་.....  
 ལྟོན་ཀའི་ཟླ་འོད་ལྟར་རབ་དུ་དཀར་བ་གང་ཐོབ་པའི་བསོད་ནམས་དེ་.....  
 ཡིས་སྐྱོ་བོ་མ་ལུས་པ་དབུ་མའི་ལམ་འདིར་ཞུགས་ནས་ཆོས་སྐྱེ་ཐོབ་པར་.....  
 ཤོག་ཅེས་པའོ། །སྤྱན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་སྒྲོམ་པའི་རིམ་པ་ལྷ་ལྟོས་  
 བྱི་སྒྲོལ་དཔོན་ལོ། །ཀ་མ་ཤི་ལ་ནི་པདྨའི་རང་ཚུལ་ལོ། །སྒྲོབ་དཔོན་དེས་  
 བར་དུ་མཛད་པའོ། །བསྐྱར་བྱེད་གང་གིས་ན། ཟུ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་པུཊྌ་  
 བཟ་ཉེ་ཤེས་རབ་གོ་ཆ་དང་། ལོ་རྒྱ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིག་ཅེས་པའོ། །  
 བརྟེ་ཡེ་ཤེས་ཐེས་ཟུ་སྤང་ལས་བོད་སྤང་དུ་བསྐྱར་ཏེ་འཆད་ཉན་གྱིས་.....  
 གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། །

### མཆོག་བྱང་སྒྲོན་ཆེག

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གྲུབ་པ་གདེངས་ཅན་དབང་། །གང་གི་ཡན་ལག་མཆོག་  
 བརྒྱད་བདེ་གཤེགས་ཀྱི། །གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟར་ཟབ་མོའི་དོན། །  
 རབ་གསལ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་པད་མོའི་གཉེན། །སྤལ་ལྟན་འཕྲོ་ལ་ཐར་





ལམ་ཤིང་རྟའི་སྤྲུལ། །རབ་རྩ་རྣམ་འབྱེད་མཁས་པའི་གསུང་རབ་དོན། །  
 ལུང་རིགས་འོད་ཀྱིས་ཇི་བཞིན་གསལ་བྱས་པ། །ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་དག་  
 ཆོགས་གང་ཐོབ་དེས། །འགྲོ་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆུ་བོར་བྱིང་བ་ཀུན། །ཁྲ་མེད་  
 ཐར་པའི་གྲིང་རྩ་གནས་གྱུར་ཅིག །ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་སྦྱིད་བྱེད་འགྲོ་ཆོགས་  
 བཅས། །མ་ལུས་དག་ཆོགས་པད་མོ་རབ་རྒྱས་ཏེ། །དབུ་མའི་ལམ་ལས་བྱང་  
 ཆུབ་བསྟོད་ལྷན་ཞིང་། །ཕྱིན་ལས་འོད་བརྒྱ་འགྲོ་ལ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །ཁྲ་ན་  
 མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་རྩ་བསྟོད་པའི་ལམ་ཞི་གནས་དང་སྤྱད་མཐོང་སྒྲིམ་པའི་  
 རིམ་པ་འདི་ནི་རྩ་ཤང་མཐུ་ཡན་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ལོག་.....  
 རྟོག་བསལ་བའི་དོན་རྩ་སའི་མངའ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཁྱིའི་སྤྱི་བཅའ་ཀྱིས་  
 བསྐྱེད་པའི་འོར་སྒྲོབ་དཔོན་པད་མའི་ངང་ཚུལ་གྱིས་མཇུག་པའི་སྒྲིམ་རིམ་  
 བར་པ་ལུང་དང་རིགས་པས་ལེགས་པར་བཤད་པ་འདི་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྦྱོང་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྒྲུང་བར་རིགས་སོ་ཞེས་གདམས་སོ། །རྒྱ་གར་ཤར་  
 རྒྱལ་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དམ་པའི་པཱི་ཏ་ཆེན་པོ་ནགས་ཀྱི་རིན་ཆེན་ཞེས་བྱ་.....  
 བའི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱང་འདི་ན་ཡོད་པས་ཡིད་ཆེས་...  
 པར་གྱིས་ཤིག །ཤུ་རྩ། །འདི་ནི་སྤྱི་ཕུ་རྒྱ་མ་ཏིའི་དཔེའོ། །ཁུས་དག །དགེའོ། །

